WIR

44. Ausgabe

Herbst 2021

Foto: Ludger Norrenbrock

Lebenshilfe
Delmenhorst und Landkreis Oldenburg

Impressum

Herausgeber: Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg e. V.,
Bismarckstraße 21, 27749 Delmenhorst, Telefon: 04221 1525-0, Telefax: 04221 1525-15
E-Mail: geschaeftsstelle@lebenshilfe-delmenhorst.de
Webseite: www.lebenshilfe-delmenhorst.de

Bildnachweise/Bildquellen:
© Annette Kitzinger, METACOM Symbole
© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013
© Lukas Lehmann Photography
© Michael Bley Photography
© Maren Bollwerk © Kathrin Bolte © Jana Bosak © Patrick Deuble © Thomas Eisenmenger
© Laura Fortmann © Andreas Grabowski © Tim Harders © Claudia Hirneiß © Lea Hochschulz
© Maren Höhne © Sevda Husak © Nadja Janorschke-Teßmer © Katharina Ketz © Melanie Liebner
© Nils Lion © Christine Mengkowski © Maike Meyer-Wehmhoff © Ludger Norrenbrock
© Peter Reisinger © Sylwia Rybczak © Udo Schienke © Juliane Siedenburg © Vanessa Simon
© Ann Kathrin Steinert © Susanne Stührmann © Martha Uhde © Julian Uhlhorn © Chrissy Weindel

Gestaltung: Verena Ringel, Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg e. V.
Druck: teamdruck GmbH, Gutenbergstraße 8, 28816 Stuhr
Erscheinungsdatum: Herbst 2021
Auflage: 800 Stück

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, auch die der Übersetzung, des Nachdrucks und der Vervielfältigung dieser Wir-Zeitung oder Teilen daraus bleiben vorbehalten. Kein Teil dieser Arbeit darf in irgendeiner Form (Druck, Kopie oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung der Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,vervielfältigt oder verbreitet werden.

Inhalt

Testamentarische Vorsorge von Eltern mit behinderten Kindern 4
Mitglieder-Versammlung 5
Team-Tag in der Kita Moorkamp 6
Aus dem Winterschlaf erwacht 7
Buntes Treiben in Katrins Garten 8
Tierisches Vergnügen im Tagesstrukturierenden Angebot 10
Sommerspiele im Tagesstrukturierenden Angebot 10
Biologie hautnah – schon in der Kita 11
Sommer, Sonne, Ausflugszeit 12
TV für den Gemeinschaftsraum der Wohn-Gemeinschaft Schanzenstraße 14
Neue Küchen in der Bienenweide 14
Mit der Wattenpost nach Neuwerk 15
Graffiti-Projekt in der AAF 16
Tischtennisplatte im Vollersweg 16
Sportfest@home 17
Neue Wege 18
Eiswagen im Tagesstrukturierenden Angebot 18
Der Holunder blüht – Zeit für Holundersirup 19
Hugo alkoholfrei 19
„Dorf Wangerland“ 20
Endlich wieder ZUMBA 21
Der neu gewählte Vorstand vom Förderverein Wohnen 22
„Schwester“ Svenja auf Tour 22
Willkommen bei den Schwaben 23
Endlich wieder im Urlaubsparadies Schloss Dankern 24
Ein Aquarium für die Wohn-Gemeinschaft Humboldtstraße 25
Urlaubszeit in der Wohn-Gemeinschaft Schanzenstraße 26
Hochbeete in der Bienenweide 27
Brunos verrückter Geburtstag 28
Zwei x 25 = 50 28
Auf dem Alpakahof 29
Ein Tag auf dem Bauernhof 30
Mit Crowdfunding Wünsche erfüllen 30
Auf der Stelle... in Bewegung bleiben! 31
Dr. Klaus & Regine Bohnemann Stiftung unterstützt die AAF 32
AAF erhält klangvolle Spende 32
Farbenfroh freut sicht über Restcent-Spende von ArcelorMittal Bremen GmbH 33
Spende für den Familienstützenden Dienst 34
„Käptn Blaubär“ in der Frühförderung 34
Ein Weiden-Tipi für die „Seesterne“ 35
Spinat-Nudel-Auflauf 36
Wraps mit Fleisch, Salat und Tzatziki 38

Testamentarische Vorsorge von Eltern mit behinderten Kindern

In allen Fällen, in denen Kinder aufgrund ihrer Behinderung einen Hilfebedarf haben, der nach den Bestimmungen des SGB IX (Eingliederungshilfe) oder SGB XII (Grundsicherung) vom Träger der Sozialhilfe eingelöst werden muss, besteht das Grundproblem in der Einkommens- und Vermögensabhängigkeit solcher Leistungen.

Eigene Einkünfte des Kindes ebenso wie vorhandenes Vermögen, das über dem sozialhilferechtlichen Schonvermögen von 5.000 Euro liegt, und damit auch eine ungeschützt angefallene Erbschaft, mindern daher die Leistungsverpflichtung des Sozialhilfeträgers. Der Anfall einer Erbschaft führt zur Selbstzahlereigenschaft des Kindes.

Es ist deshalb nur legitim, wenn Eltern behinderter Kinder einen Ausweg aus diesem sozialhilferechtlichen Dilemma suchen, und zwar ohne Verlust von Sozialleistungsansprüchen.

Dieser Ausweg kann sicherlich nicht darin bestehen, das behinderte Kind testamentarisch von der Erbfolge insgesamt auszuschließen, weil durch diese Enterbung ein sogenannter Pflichtteilsanspruch begründet wird, also ein Anspruch auf Zahlung eines Geldbetrages in Höhe der Hälfte des Wertes des gesetzlichen Erbteils. Dieser Anspruch kann nach derzeit noch geltender Rechtsprechung des Bundesgerichtshofes über den Kopf des behinderten Kindes hinweg vom Sozialhilfeträger auf sich übergeleitet werden.

Als gangbarer Weg hat sich inzwischen seit vielen Jahren ein sogenanntes Behinderten-Testament erwiesen, das jedoch heute richtigerweise „Bedürftigen-Testament“ heißen müsste, da die gleiche Situation der Vermögensabhängigkeit der Leistungen auch bei Hartz IV-Empfänger*innen besteht.

Das Behinderten-Testament knüpft an die Grundproblematik an, dass das behinderte Kind bei Vermögenserwerb für die Zukunft zur/zum Selbstzahler*in würde und seine sozialrechtlichen Ansprüche verlöre. Aus dem ererbten Vermögen kann das behinderte Kind aber seine Betreuungskosten nur dann selbst bestreiten, wenn auch die Möglichkeit des Zugriffes auf den Nachlass gegeben ist.

Durch die Anordnung einer Testamentsvollstreckung über den Erbteil des behinderten Kindes wird indessen erreicht, dass das behinderte Kind zwar Inhaber*in eines Vermögens wird, es selbst (oder auch ein/e gesetzliche/r Vertreter*in/Vermögensbetreuer*in) aber keinen Zugriff auf dieses Vermögen hat und es damit für das Kind rechtlich unmöglich ist, aus dem angefallenen Nachlass Kostenbeiträge für die eigene Versorgung zu zahlen.

Die/Der Testamentsvollstrecker*in ist weisungsgebunden und unterliegt ausschließlich den Weisungen im Testament, wie, in welchem Umfang und wofür das verwaltete Vermögen des behinderten Kindes einzusetzen ist. Damit besteht also die Möglichkeit, der/dem Testamentsvollstrecker*in genau vorzuschreiben, welche Zuwendungen sie/er dem behinderten Kind im Rahmen der Verwaltung des Erbteils machen darf und welche nicht.

Das der Testamentsvollstreckung unterliegende Vermögen dient also nur der Deckung des ergänzenden Bedarfes, Sozialleistungsansprüche bleiben trotz Anfalles einer Erbschaft erhalten, wenn dies entsprechend im Testament verfügt wurde.

Die Person des Testamentsvollstreckers kann im Testament frei bestimmt werden, es kommen also auch Geschwister in Betracht.

Die Anordnung der Testamentsvollstreckung schützt also das behinderte Kind zu Lebzeiten.

Dies beschreibt nur den Rahmen rechtlich möglicher Regelungen, entbindet damit nicht davon, sich im Einzelfall rechtlich kompetent beraten zu lassen, um die individuellen Bedürfnisse des Kindes ebenso zu berücksichtigen wie die konkrete Vermögens- und Familiensituation.

Günther Hoffmann

Rechtsanwalt und Notar a. D.
Fachanwalt für Erbrecht, Zertifizierter Testamentsvollstrecker (AGT und DVEV)

Foto: Michael Bley Photography, Bremen

Rechtsanwälte Dr. Mahlstedt & Partner
eingetr. Partnerschaft mbB, AG Bremen PR 19

Langenstr. 30, 28195 Bremen
Telefon: 0421 17574-0
Telefax: 0421 17574-73
Internet: www.dr-mahlstedt.de

Mitglieder unseres Vereins „Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg e. V.“ haben die Möglichkeit, in der Kanzlei Dr. Mahlstedt & Partner eine kostenlose Erstberatung zu diesem Thema in Anspruch zu nehmen. Ob dies telefonisch, persönlich oder per Videoübertragung erfolgen könnte, würde im Einzelfall entschieden. Nehmen Sie bei Interesse gern Kontakt zu Herrn Hoffmann auf und halten Sie dafür Ihre Mitglieds-Nummer bereit.

Mitglieder-Versammlung

Wie hat sich die Corona-Pandemie auf unsere Lebenshilfe ausgewirkt? Gab es Einschränkungen bei der pädagogischen Arbeit? Wie haben Kund*innen, Mitarbeiter*innen und Einrichtungen die Krise im Jahr 2020 gemeistert? Am Abend des 12. Oktober folgten Vereins-Mitglieder und Gäste auf der Jahres-Versammlung den Ausführungen unseres Geschäftsführers Thomas Heyen. Neben der Vorstellung des Jahresberichtes 2020 standen auch Vorschläge zur Satzungsänderung auf der Tagesordnung. Dabei wurde sich u. a. darauf verständigt, dass die Vereins-Satzung künftig geschlechtergerecht formuliert wird.

Die Versammlung endete traditionell mit der Ehrung langjähriger Mitglieder. Die Ehrung der Jubilar*innen aus dem Vorjahr wurde an diesem Abend nachgeholt. Sie war im vergangenen Jahr wegen der Corona-Pandemie ausgefallen.

Text und Foto:
Christine Mengkowski

Team-Tag in der Kita Moorkamp

„Team-Tag – mal anders“. Unter diesem Motto stand am 14. Mai der erste „Betriebsausflug“ der Mitarbeiter*innen der Kindertagesstätte Moorkamp.

Für das seit November 2020 zusammenarbeitende Team war schnell klar, es soll eine Veranstaltung stattfinden, doch wie – angesichts der geltenden Abstands- und Hygieneregeln? Zwei Kolleginnen der Kindertagesstätte nahmen daraufhin die Planung in die Hand und gestalteten den gemeinsamen Tag.

Am Morgen trafen sich alle Mitarbeiter*innen in ihren festen Gruppen in einem zugewiesenen Raum und überlegten sich zunächst passende Team-Namen, sowie Motivationssprüche, die sie im Laufe des Vormittags begleiten sollten. Die darauffolgenden Stunden waren die Gruppen damit beschäftigt, die vorbereiteten Stationen in der Kita zu durchlaufen und Aufgaben zu meistern.

Es mussten Fragen über die Kita beantwortet, Escape-Räume gelöst, Türme gebaut, Musik-Videos gedreht, Kunstwerke gestaltet und Räumlichkeiten durchforstet werden. Je nach Raum waren die zur Verfügung stehenden 30 Minuten entweder ein Stressakt, den es zu bewältigen galt, oder eine Möglichkeit die verpackten Snacks und Getränke zu verzehren und in der Gruppe auch private Dinge zu besprechen.

Nachdem alle Gruppen alle Stationen durchlaufen hatten, ging es für alle Mitarbeiter*innen nach Hause. Dort wurden die Computer gestartet und alle trafen sich online wieder. Die Ergebnisse des Kita-Quiz wurden besprochen, die Stationen reflektiert und über die entstandenen Musik-Videos gelacht. Mit vielen privaten Geschichten, Witzen und Anekdoten ging dann ein schöner Tag zu Ende, der allen im Gedächtnis bleiben wird.

Text und Fotos: Lea Hochschulz

Aus dem Winterschlaf erwacht

Wir lassen uns nicht hängen - das ist unser Lebensmotto in der Wohn-Gemeinschaft Hansastraße!

Wandern und die Welt erforschen ist eine der besten Methoden um Stress abzubauen. Außerdem hält Wandern fit und ist prima gegen Langeweile. Wandern kann man übrigens überall und es kostet nichts!

An einem Freitag im Mai klingelte um sechs Uhr der Wecker. Dann hieß es: Duschen, Anziehen, Frühstück und los ging die Fahrt in den Harz.

Eigentlich wollten wir den Brocken erklimmen und oben angekommen schön im Restaurant essen und den Brocken wieder runter laufen oder, falls die Kräfte nachlassen würden, mit der Brockenbahn runterfahren. Leider machte uns Corona einen Strich durch die Rechnung. Es war nur die Strecke von Schierke - Drei Annen Hohne - Wernigerode (siehe Streckennetz Brockenbahn) befahrbar. Aber das konnte uns die gute Laune und Wanderlust nicht verderben. Schließlich gibt es immer einen „Plan-B“.

In Schierke ging die Wanderung los. Eineinhalb Stunden machten wir die Schierker Berge unsicher. Einen wunderschönen Ausblick auf das Tal gab es vom Trudenstein. Der Name leitet sich von der angeblichen Ähnlichkeit der Felsen mit einer Drude, einer altdeutschen hexenähnlichen Sagenfigur, ab.

Anschließend fuhren wir mit der Harzer Brockenbahn nach Wernigerode und spazierten dort durch die Altstadt. Es gab sogar einen kleinen Markt, wo man etwas essen und trinken konnte.

Nachmittags ging es zurück nach Drei Annen Hohne. Dieser Ort liegt zwischen Wernigerode und Schierke. Von dort aus wanderten wir zweieinhalb Stunden steil bergauf nach Schierke (4,8 Kilometer). Der Aufstieg brachte uns richtig ins Schwitzen.

Glücklich und kaputt kamen wir schließlich um 18 Uhr am Schierker Bahnhof an, wo unser Bus schon bereitstand und uns wieder nach Hause brachte.

Weil es so schön war, planen wir einen zweiten Ausflug in den Harz. Die Wanderung bis ganz nach oben auf den Brocken wird nicht einfach und damit wir bis dahin körperlich fit sind wird jetzt fleißig trainiert.

Text: Sylwia Rybczak
Fotos: Maren Höhne und Sylwia Rybczak

Buntes Treiben in Katrins Garten

Die Sommersaison in Katrins Garten war sehr ereignisreich. Es gab leichte Rückschläge wie das notwendige, starke Zurückschneiden des großen Apfelbaumes (hier gab es leider wieder einen Sturmschaden), aber auch tolle Höhepunkte wie neue Gartenausstattung (unter anderem zwei neue Hochbeete und ein Palettensofa – Danke hierfür an die Stiftung Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg), neue Deko oder das jährliche Dreikampf-Turnier, welches endlich wieder mit Zuschauer*innen und gemeinsamem Grillen stattfinden konnte.

Während der stärkeren Corona-Beschränkungen haben wir die Zumba-Gruppe „Dance Rebellen“ bei uns aufgenommen, so dass unter freiem Himmel und mit gebührendem Abstand getanzt werden konnte.

Im Garten blühte es unterdessen wunderschön. Dieses Mal kam sogar die eine oder andere exotische Blüte zum Vorschein.

Weil die Apfelernte wegen des Baumschnitts in diesem Jahr nicht so üppig wie gewohnt ausgefallen war, mussten Alternativen gefunden werden. In einem extra angelegten Kompostbeet haben wir Kürbisse angepflanzt, die eine beachtliche Größe erreichten und zu Suppe und Brot verarbeitet werden. Da staunte sogar unser neues Gartenmaskottchen, Labrador „Lemmy“.

Unsere fleißigen Helfer*innen haben wieder viel geerntet und leckere Gelees gezaubert.

Sehr gefreut haben wir uns über den Besuch von Tina Cappelmann (Geschäftsführerin), Thomas Heyen (Geschäftsführer) und Sebastian Vatterodt (Pädagogischer Leiter Erwachsene und Familie), die sich bei bestem Wetter viel Zeit nahmen und die Vielfalt unseres Projektes von Kleingärtner*innen und Gartennutzer*innen erklären ließen.

Nun müssen wir den Garten auf die kalte Jahreszeit vorbereiten.

Hoffentlich können wir dieses Gartenjahr bei einer heißen Suppe gemeinsam ausklingen lassen. Genug Kürbisse sind ja da…

Bis bald in Katrins Garten.

Text und Fotos: Thomas Eisenmenger

Tierisches Vergnügen im Tagesstrukturierenden Angebot

Egal ob Eichhörnchen, Hummeln, Bienen oder Igel. Im Garten unseres Tagesstrukturierenden Angebotes fühlen sich viele Tiere wohl.

Pünktlich um 14:30 Uhr kommen uns jeden Tag zwei kleine Igel besuchen. Noch sind sie Leichtgewichte, aber wir hoffen, dass sie sich durch zusätzliche Fütterung von uns ordentlich Winterspeck anfuttern können.

Text: Tanja Heusel und Christoph Gerdes
Fotos: Maike Meyer-Wehmhoff

Sommerspiele im Tagesstrukturierenden Angebot

Wasser marsch!

Bei bestem Wetter haben wir unseren wöchentlich stattfindenden Spieletag nach draußen verlegt.

Dosenwerfen, Kegeln, Wasserspiele, Wurfspiele und einiges mehr machen bei Sonnenschein und Wärme doch gleich viel mehr Spaß.

Ganz nach dem Motto: Dabei sein ist alles!

Text: Tanja Stüwe
Fotos: Maren Bollwerk und Claudia Hirneiß

Beim Dosenwerfen war Kraft und Zielsicherheit gefragt.

Erst Zielen... dann Werfen... und das mit ganz viel Konzentration.

Biologie hautnah – schon in der Kita

„Nachts im Mondschein lag auf einem Blatt ein kleines Ei. Und als an einem schönen Sonntagmorgen die Sonne aufging, hell und warm, da schlüpfte aus dem Ei – knack – eine kleine hungrige Raupe. Sie machte sich auf den Weg, um Futter zu suchen.“

So beginnt das bekannte Kinderbuch „Die kleine Raupe Nimmersatt“ von Eric Carle. Der Autor dieses Buches verstarb im Mai dieses Jahres. Seine Geschichte aber lebt auf der ganzen Welt weiter. Auch bei uns in der Kindertagesstätte Sonneninsel in Bookholzberg. Im Mai zogen in der Kita nämlich sowohl in der Krippengruppe „Seesterne“ als auch in der Kindergartengruppe „Seehunde“ ca. 20 kleine nimmersatte Raupen ein. Fasziniert beobachteten die Kinder und auch die Erzieher*innen und Eltern, wie die kleinen Tiere sich tatsächlich auf den Weg machten, um Futter zu suchen, wie sie größer wurden und auch ziemlich dick.

Miteinander bauten wir anfangs Ängste im Umgang mit diesen Tieren ab und trauten uns schließlich, sie anzufassen, auf die Hand zu nehmen und sogar zu streicheln.

Die Kinder lernten, sich um die Tiere zu kümmern, das Gehege zu säubern und geeignetes Futter zu suchen – nicht jedes Blatt schmeckt jeder Raupe….

Wir malten Bilder der Raupen in den unterschiedlichen Entwicklungsstadien, lernten neue Spiele und Lieder über und mit Raupen und musizierten dazu mit Instrumenten.

Auf die Türen der Kindertoiletten wurden Raupen und Schmetterlinge geklebt. Diese bildliche Veränderung – von der Raupe zum Schmetterling – an den Türen zu den Toiletten förderte besonders bei den Krippenkindern zunehmend die Sauberkeitserziehung.

Schließlich verpuppten sich die Raupen und schlüpften nach Wochen doch tatsächlich aus dem Kokon… als wunderschöne Schmetterlinge!!!

Zwei Wochen lang studierten die Kinder der „Seehundgruppe“ nun fleißig die Geschichte der kleinen Raupe Nimmersatt als kleines Theaterstück ein. Zum Abschlussfest wurde zuerst den „Seesternkindern“ aus der Krippe und dann auch den Eltern der „Seehundkinder“ aufgeregt die Geschichte vorgeführt und vorgesungen. Das hat einen Riesenspaß gemacht.

Und unsere Schmetterlinge? Sie legten neue Eier, aus denen neue kleine Raupen schlüpften, die neu auf Futtersuche gingen und neu zu großen Raupen heranwuchsen und und und …

Text und Fotos: Nadja Janorschke-Teßmer und Susanne Stührmann

Sommer, Sonne, Ausflugszeit

Endlich ging es wieder los… die Urlaubszeit stand vor der Tür. Im Jahr 2021 konnten wieder einige Aktionen und Ausflüge geplant und gemacht werden. Diesmal stand die Ferienzeit der WG Hansastraße und WG Zur Bienenweide unter dem Motto „Wir vernetzen uns!“. Ausgehungert nach gemeinsamen Aktivitäten und voller Vorfreude auf ein Gefühl der Normalität waren die nur noch geringen Corona-Maßnahmen kein Hindernis mehr für die beiden Wohn-Gemeinschaften.

Bei aufregenden Abenteuern während einer Kanutour, Entspannung am Meer in Schillig, kulinarischen Leckereien beim Grillen und Eis essen sowie kulturellen Erlebnissen in Hamburg war für jede*n etwas dabei.

Kanutour

„An die Paddel, fertig, los!“ hieß es am Tag der Kanutour, als alle voller Tatendrang und mit Herzklopfen in ihre Boote stiegen. Am Anfang noch unsicher wurden wir schnell sicherer und zogen in kleinen Wettkämpfen aneinander vorbei. Stolz und trocken am Ziel angekommen haben sich alle eine Stärkung verdient. Bei einem leckeren gemeinsamen Essen haben wir es uns gut gehen lassen und die Höhepunkte der Kanutour waren natürlich Gesprächsthema Nummer 1.

Schillig

Voller Optimismus und mit Badesachen im Gepäck stiegen wir in die Busse und fuhren Richtung Schillig. Lange hat es nicht gedauert… da prasselte der Regen nur so auf die Fahrzeugdächer. Trotz des schlechten Wetters und der Hoffnung, dass die Sonne sich noch sehen lässt, haben wir spontan die Reiseroute in Richtung Wilhelmshaven geändert und die Nordseepassage unsicher gemacht. Gegen Mittag tauchte die Sonne doch noch auf und wir konnten noch ein paar Stunden in Schillig am Meer genießen, bis die Wolkendecke sich wieder von ihrer „besten Seite“ zeigte und wir unser Hab und Gut schnellstmöglich sichern mussten. Nichtsdestotrotz waren alle glücklich und zufrieden. Besonders unsere zwei mutigen Schwimmer blieben im Gedächtnis, die allem trotzten, ihre Badesachen anzogen und im kalten Meer schwimmen waren.

Grillen und Eis essen in Bookholzberg

Auf die Fahrräder geschwungen hat sich die WG Hansastraße und auf den Weg nach Bookholzberg gemacht. Vor Ort angekommen wurden wir schon von der WG Zur Bienenweide mit gekühlten Getränken und einem üppigen Grillbuffet empfangen. Es wurde geklönt, gelacht und die Füße wurden im Pool abgekühlt. Ein weiterer Höhepunkt waren die selbst kreierten Eisbecher, die keine Wünsche offen ließen. Von selbstgemachter Himbeersauce über frische Erdbeeren mit Minze und unzählige Toppings, um das Eis aufzupeppen, war alles mit dabei.

Hamburg

Der frühe Vogel fängt den Wurm… dachten wir uns, als wir morgens um sieben Uhr in den Zug nach Hamburg stiegen. Viele Wünsche waren zu erfüllen, sodass sich bereits im Zug einzelne Gruppen bildeten. Einige waren in der Hamburger Innenstadt shoppen und andere fuhren mit der U-Bahn zu den unterschiedlichsten Fan-Shops. Anschließend trafen wir uns bei den Landungsbrücken. Während die WG Zur Bienenweide dort zum Abschluss ein kühles Getränk genoss, fuhr die WG Hansastraße mit den Busbooten bis nach Finkenwerder, wo sie den ereignisreichen Tag bei Pizza, Pasta und Co. ausklingen ließen.

Text: Maren Höhne und Martha Uhde
Fotos: Jana Bosak, Maren Höhne, Sylwia Rybczak und Martha Uhde
METACOM Symbole: Annette Kitzinger

Die Lockerungen der Corona-Maßnahmen und die damit einhergehenden Möglichkeiten haben es uns wieder erlaubt, Teilhabe und ein gemeinschaftliches Miteinander zu erleben. Wir haben es sehr genossen und freuen uns schon auf das nächste Jahr!

TV für den Gemeinschaftsraum der Wohn-Gemeinschaft Schanzenstraße

In der Wohn-Gemeinschaft Schanzenstraße in Delmenhorst gibt es einen großen Gemeinschaftsraum. Dort wird oft gemeinsam Zeit verbracht und viel gelacht.

Vor allem während des Lockdowns in der Corona-Zeit haben wir gern Filme-Abende veranstaltet. Im Gemeinschaftsraum hatten wir allerdings keinen Fernseher. Den mussten wir uns dafür immer ausleihen. Das war sehr umständlich.

Mit der Einrichtung eines WLAN-Zugangs in unserer Wohn-Gemeinschaft beschäftigte uns außerdem häufig die Frage, was es mit Streaming-Diensten auf sich hat. YouTube war vielen Bewohner*innen zwar ein Begriff, aber der Umgang damit noch nicht bekannt. Gemeinsam möchten wir das Internet entdecken und dafür ist ein Smart-TV eine ideale Lösung.

Dank der großzügigen Unterstützung der Stiftung Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg schmückt nun ein großer Fernseher unseren Gemeinschaftsraum. Jetzt können wir auch spontan einen Filme-Abend machen, das Internet auf dem großen Bildschirm erkunden oder Urlaubsvideos schauen. Richtig gemütlich!

Vielen Dank an die Stiftung, die uns dies ermöglicht hat.

Text: Petra Badar und Laura Fortmann
Foto: Juliane Siedenburg

Neue Küchen in der Bienenweide

Im Juli haben wir in der Wohn-Gemeinschaft Zur Bienenweide neue Küchen bekommen! Das war sehr aufregend! Das Ganze musste genau geplant werden. Weil wir in zwei Haushälften wohnen hatten wir das Glück, dass wir beim Umbau immer eine Küche nutzen konnten. Zuerst mussten wir die alten Küchen komplett ausräumen. Dann kam unser Hausmeister und baute die Küchen ab. An dem gleichen Tag haben wir die Räume von oben bis unten saubergemacht, endlich hatten wir Platz dafür und kamen in jede kleinste Ecke hinein! Am nächsten Tag kam der Maler und hat die Wände und Decken wieder frisch gestrichen. Dann fand der Küchenaufbau statt. Das war sehr spannend, wir haben regelmäßig „Mäuschen“ gespielt, weil wir es gar nicht abwarten konnten. Als die Küchen dann endlich standen, haben wir mit vereinten Kräften die Schränke eingeräumt.

Am Anfang war es eine Umstellung, weil manche Sachen anders eingeräumt wurden als vorher. Aber letztendlich ist schnell eine Routine entstanden.

Höhepunkt ist der neue große Kühlschrank… endlich haben wir mehr Platz!

Text: Elke Schrader
Foto: Jana Bosak

Mit der Wattenpost nach Neuwerk

Im Sommer haben wir einen Ausflug nach Cuxhaven gemacht. Dort angekommen haben einige von uns direkt ein kleines Abenteuer erlebt. Die Parkplatzsuche war schwierig und alle hielten gemeinsam die Augen offen, bis endlich ein Parkplatz in Sicht war.

Vom Parkplatz aus mussten wir uns etwas sputen und zum Treffpunkt bei der Wattenpost eilen, wo die Anderen bereits warteten. Dort angekommen haben wir uns alle in Kutschen gesetzt und wurden von den Pferden nach Neuwerk gezogen. Das war ein Erlebnis! Wir sind über das Wattenmeer auf die Insel gefahren. Es gab sogar einen großen Priel, dort mussten wir erst anhalten, da das Wasser noch sehr hoch stand. Aber wir haben es geschafft! Mit Herzklopfen haben wir den Priel gemeistert und konnten sogar mit den Händen die kühle Nordsee berühren!

Auf der kleinen Insel Neuwerk hatten wir leider nur einen kurzen Aufenthalt bevor es wieder zurückging. Wir haben den Tag genossen, besonders die Kutschfahrt. Es war super Wetter und wir haben den Tag bei einem leckeren Fischbrötchen ausklingen lassen.

Text: Jana Bosak
Fotos: Jana Bosak und Martha Uhde

Graffiti-Projekt in der AAF

Nach langen Wochen des digitalen Austausches durften wir endlich wieder die Räume der Ambulanten Autismusspezifischen Förderung (AAF) in Delmenhorst aktiv nutzen und konnten im Frühjahr 2021 unser Graffiti-Projekt starten.

Los ging es mit der gemeinsamen Planung. Wir benötigten ja das passende Material für unser Vorhaben und recherchierten zunächst, wo wir etwas passendes bekommen könnten. Bei einem „Skaterladen“ in der näheren Umgebung vereinbarten wir einen Termin, um die Materialien zu organisieren.

Drei Jugendliche, die ein Gruppenangebot unserer Ambulanten Autismusspezifischen Förderung nutzen, entwickelten dann Ideen und suchten sich zunächst den passenden Platz für ihr Kunstwerk aus. Sie benannten gemeinsame Interessen und konnten diese in Bildskizzen umwandeln.

Die drei hatten sichtlich Freude daran, ihre freien Entwürfe auf Papier zu zeichnen und diese dann auf die Wand zu übertragen. Nachdem die vorgezeichneten Bilder auf der Wand skizziert waren, testeten sie zunächst das Sprühen mit der Spraydose auf Papier und überlegten, welche Farben zum Einsatz kommen sollten. Die notwendigen Sicherheitsmaßnahmen für das Sprayen in Räumen wurden natürlich dabei beachtet.

Dann starteten unsere Künstler mit der Gestaltung der Wände. Sie arbeiteten motiviert, konzentriert und ausdauernd über mehrere Wochen an ihrem Projekt und haben dadurch gelernt, sich selbst zu strukturieren sowie den gestalterischen und kreativen Prozessen einen Raum zu geben. Abschließend bewunderten wir gemeinsam die Kunstwerke.

Einer der drei Künstler ist gedanklich schon in der Planung seines nächsten Graffitis. Und vielleicht eröffnet sich dadurch für ihn beruflich eine Schnittstelle, in der er künstlerisch und kreativ arbeiten kann.

Text und Fotos: Katharina Ketz

Tischtennisplatte im Vollersweg

Dank Unterstützung der Stiftung Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg konnten wir in der Haus-Gemeinschaft Vollersweg in Bookholzberg eine Tischtennisplatte anschaffen.

Es macht viel Spaß, mit den Mitbewohner*innen und den Mitarbeiter*innen Tischtennis zu spielen.

Ich, Holger, habe mal in einer Tischtennisgruppe gespielt und kann dem ein oder anderen auch noch was zeigen. Das macht mir sehr viel Freude.

Text: Holger Wellmann und Ann Kathrin Steinert
Foto: Ann Kathrin Steinert
METACOM Symbol: Annette Kitzinger

Sportfest@home – Wir sind alle Gewinner*innen!

Jedes Jahr gibt es ein großes Sportfest für Menschen mit Beeinträchtigung in der Seestadt Bremerhaven, an dem wir immer gern teilnehmen. Doch in diesem, wie auch schon im letzten, Jahr konnte das Sportfest wegen der Corona-Pandemie nicht in gewohnter Form stattfinden. Wir waren trotzdem sportlich aktiv und hatten unser eigenes Sportfest in der Wohn-Gemeinschaft Schanzenstraße: Das Sportfest@home!

In fünf Disziplinen stellten wir unser sportliches Können unter Beweis: Zielpong, Eierlauf, Zielschießen, Ringspring und Dosenwerfen. Eine große Überraschung waren die typischen Sportfestshirts und -caps, die wir mit einer CD zur musikalischen Untermalung aus Bremerhaven für unser Sportfest@home zugeschickt bekommen haben. Wir zogen also unsere Trikots an und legten voller Motivation los. Alle gaben ihr Bestes und so waren alle Sportler*innen an diesem Tag Gewinnende. Auch für das leibliche Wohl war gesorgt. Wir hatten viel Spaß und die Siegerehrung mit Medaillen und Urkunden war ein besonderer Höhepunkt.

Text: Petra Badar und Gaston Biehal
Fotos: Juliane Siedenburg

Einfach ein schöner Tag!

Neue Wege

Mein Name ist Lucas. Seit über einem Jahr arbeite ich in der Heilpädagogischen Kindertagesstätte Rappelkiste in Delmenhorst und bin überglücklich, ein Teil dieser tollen Gemeinschaft zu sein. In der Zeit vor meiner Tätigkeit bei der Lebenshilfe habe ich nach Erlangen des Abiturs eine Ausbildung zum Steuerfachangestellten angefangen. Ich habe jedoch schnell festgestellt, dass mir die Arbeit mit Aktenbergen nicht gefällt. Daraufhin habe ich mich zu einem „Tapetenwechsel“ entschlossen. Vom 1. August 2020 bis zum 31. Juli 2021 absolvierte ich einen Bundesfreiwilligendienst (BFD) in einer Kleingruppe der Heilpädagogischen Kindertagesstätte Rappelkiste. Darüber hinaus begleite ich über die Offenen Hilfen ein Kind mit frühkindlichem Autismus aus der Kleingruppe. Einmal in der Woche verbringen wir den verlängerten Kita-Tag im Kindergarten und nutzen viel Zeit auf dem großen Spielplatz, im Matschraum oder in der Turnhalle.

Trotz der Corona-Maßnahmen hatte ich viel Spaß an der Arbeit, viele prägende Momente erlebt und sehr viel gelernt. Deshalb habe ich mich dazu entschlossen, meinen neuen Weg weiterzugehen und habe im Oktober die Ausbildung zum Heilerziehungspfleger begonnen. Den praktischen Teil der Ausbildung absolviere ich in der Rappelkiste. Ich freue mich auf die weitere Zeit bei der Lebenshilfe.

Text: Lucas Heuermann
Foto: Julian Uhlhorn

Eiswagen im Tagesstrukturierenden Angebot

Da wegen der Corona-Pandemie lange Zeit kein Eisdielenbesuch möglich war, kam der Eiswagen zu uns. Es wurde nach Herzenslust geschlemmt. Sogar blaues Eis gab es. Für jeden Geschmack war etwas dabei.

Text: Monika Lädke und Claudia Hirneiß
Fotos: Maike Meyer-Wehmhoff

Der Holunder blüht – Zeit für Holundersirup

Im Juni ernteten wir im Tagesstrukturierenden Angebot Holunderblüten, um Holundersirup herzustellen. Schritt für Schritt näherten wir uns dem leckeren Ergebnis.

Die Blüten werden an einem warmen Sommertag bei Sonnenschein gepflückt, mit Wasser bedeckt und 24 Stunden stehen gelassen. Dann werden sie gefiltert und die Flüssigkeit wird mit Zucker und Zitronensäure aufgekocht und anschließend in Flaschen gefüllt.

Text: Thorsten Brenning und Claudia Hirneiß
Fotos: Maren Bollwerk und Maike Meyer-Wehmhoff

Wir genießen den Holundersirup am liebsten als...

Hugo alkoholfrei

Zutaten für 4 Gläser:
3 Stängel Minze
3 Bio Limetten
Eiswürfel
200 ml Holunderblütensirup
350 ml Mineralwasser mit Kohlensäure
250 ml Ginger Ale

METACOM Symbole: Annette Kitzinger

Die Minze abspülen, trocken tupfen und die Blättchen von den Stängeln zupfen. Limetten heiß abwaschen, abtrocknen und halbieren. Von einer halben Limette den Saft auspressen und beiseite stellen. Restliche Limettenhälften in Stücke oder Scheiben schneiden und in den Gläsern verteilen. Eiswürfel hinzufügen. Den Holunderblütensirup ebenfalls in die Gläser geben, den ausgepressten Limettensaft hinzufügen und alles gut vermischen. Sirup und Minze gleichmäßig in die Gläser verteilen und alles mit Mineralwasser und Ginger Ale auffüllen.

Sofort servieren und genießen!

„Dorf Wangerland“ – ein Urlaub mit Action, Entspannung und Spaß

Mitte September ging es endlich wieder in den Urlaub. Bewohner*innen und Mitarbeiter*innen der Wohn-Gemeinschaften Hansastraße und Schanzenstraße machten sich auf den Weg ins „Dorf Wangerland“ nach Hohenkirchen.

Nachdem wir wegen der Corona-Pandemie im letzten Jahr keinen Urlaub machen konnten, freuten wir uns nun umso mehr!

Direkt am ersten Tag ging es spannend los. Der Bus vom Bahnhof Jever fuhr nicht wie geplant. So saßen wir am Bahnhof fest. Aber die Lösung war schon unterwegs. Extra für uns kam ein anderer großer Bus, der uns ganz exklusiv bis vor unser Hotel brachte.

Das Hotel war spitze. So große barrierefreie Zimmer habe ich noch nie gesehen. Auch das Essen war sehr lecker. Da wir all-inclusive gebucht hatten, gab es den ganzen Tag abwechslungsreiche Leckereien.

Direkt an unserem Hotel gab es einen Strand mit einer Strandbar. Wir hatten das Wangermeer also direkt vor der Tür. Dort konnten wir schwimmen, Tretboote ausleihen und Stand-up-Paddling lernen. Das Wetter war toll, so konnten wir alles nutzen.

An einem Tag sind wir mit der Fähre nach Wangerooge gefahren und besuchten dort das bekannte Café Pudding, das uns durch den direkten Blick aufs Meer sehr gefiel. Dort tranken wir Kaffee und aßen leckere Kleinigkeiten.

Im „Dorf Wangerland“ wurde auch viel angeboten. Wir waren Bowlen/Kegeln, Billard, Kicker und Minigolf spielen, im Kino, hatten einen klasse Spiel-, Sport- und Spaßnachmittag in der Sporthalle und probierten uns im Bungee-Trampolin aus. Bei einem langen Spaziergang zeigte uns unser Animateur außerdem wie man boßelt.

Nach dem Abendbrot gab es immer viel zu erleben und zu lachen. An einem Karaoke-Abend haben wir auf der Bühne gesungen. Tim aus unserer Reisegruppe hat den ersten Platz gemacht. An einem anderen Abend spielten wir Bingo und Ute aus unserer Gruppe hat sogar gewonnen.

An unserem letzten Abend wurde nur für uns eine Abschiedsdisco organisiert.

Es war ein super Urlaub und wir kommen auf jeden Fall gern wieder!

Text: Thorsten Ebert
Fotos: Laura Fortmann, Maren Höhne und Sylwia Rybczak
Metacom-Symbol: Annette Kitzinger

Endlich wieder ZUMBA

Die „Dance Rebellen“ aus dem Bereich Assistenz beim Wohnen der Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg haben sich von der Corona-Pandemie nicht den Spaß an Tanz und Bewegung nehmen lassen. Zwar mussten auch wir wegen der Pandemie eine Zwangspause einlegen, aber nun tanzen wir seit dem Sommer endlich wieder unter freiem Himmel ZUMBA. In Katrins Garten motiviert uns dazu unsere Trainerin Sylvia jede Woche mit guter Laune, Spaß und toller rhythmischer Musik.

Text und Foto: Chrissy Weindel

Der neu gewählte Vorstand vom Förderverein Wohnen

Am 23. September 2021 wählte die Mitglieder-Versammlung des Fördervereins Wohnen Lebenshilfe Delmenhorst e. V. ihren neuen Vorstand. Nach mehr als einem Jahr Pause wegen der Corona-Pandemie freuten sich die Mitglieder, endlich wieder persönlich zusammenzukommen. In den beiden Vorjahren konnten die turnusmäßigen Versammlungen nicht stattfinden.

Veronika Ahrens, Ludger Norrenbrock, Ferdinand Meyer-Farge, Heike Grimm, Ute Bischoff, Kornelia König (von links nach rechts)

Die erste Vorsitzende Ute Bischoff, der zweite Vorsitzende Ferdinand Meyer-Farge und der Kassenwart Ludger Norrenbrock wurden in ihren Ämtern bestätigt. Neu in den Vorstand gewählt wurde Kornelia König als Schriftführerin. In ihrer Funktion als Beisitzerinnen wurden Heike Grimm und Veronika Ahrens bestätigt. Zu Kassenprüferinnen gewählt wurden Doris Dörgeloh und Susanne Behrens, die beide auf dem Foto fehlen.

Das vorrangige Ziel des Fördervereins Wohnen ist weiterhin die Unterstützung der Wohn-Einrichtungen bei Projekten und Veranstaltungen.

Text: Ludger Norrenbrock
Foto: Peter Reisinger

„Schwester“ Svenja auf Tour!

Zu einem Ritual geworden ist am Ende jeder Woche der Corona-Test in der Kindertagesstätte Villa Kunterbunt in Delmenhorst.

Die Kinder machen den Lolli-Test super und haben sogar Spaß dabei. Auch die Eltern der Kita-Kinder verhalten sich sehr vorbildlich.

Dank „Schwester“ Svenja, die persönlich die Lolly- und Mitarbeiter*innen-Tests liefert, funktioniert die wöchentliche Verteilung der Corona-Tests in der Kindertagesstätte Villa Kunterbunt problemlos.

Text und Foto: Tim Harders

Willkommen bei den Schwaben

Wegen der Corona-Pandemie gab es in den letzten Monaten kaum Gelegenheiten gemeinschaftliche Reiseerfahrungen zu machen. Umso mehr freute es uns, dass wir im Juli endlich wieder einen gemeinsamen Kurzurlaub machen konnten. Diese erste wieder mögliche Reise führte uns mit einem sorgfältig durchgeplanten Hygienekonzept ins Schwabenland.

23 Bewohner*innen unserer Wohn-Einrichtungen, Angehörige und weitere Gäste starteten um 6 Uhr am Abreisetag in Delmenhorst. Zunächst ging es nach Tübingen, wo wir am Nachmittag die Stadt besichtigten. Weiter ging es dann zum Best Western Hotel nach Nürtingen. Dort gab es auch ein gemeinsames Abendessen und gemütliches Beisammensein.

Am zweiten Tag stand der Besuch der Burg Hohenzollern auf dem Programm. Leider fiel die Führung durch die Burg den neuesten Verordnungen des Landes Baden-Württemberg zum Opfer, wie auch die geplante Besichtigung einer Sektkellerei. Stattdessen haben wir am Nachmittag „einen Ausflug“ in den Hotel-Pool gemacht und uns köstlich amüsiert.

Zum Abendessen im Hotel hatten wir dann noch einen speziellen Gast, der in dieser Region zu Hause ist: Dieter Baumann. Er brachte uns als Gastgeschenk frische Eier von seinen eigenen Hühnern mit.

Am Sonntag, dem 3. Reisetag, machten wir einen Ausflug in die Schwäbische Alp. Wir fuhren durch das romantische Laucherttal. Sigmaringen und das Dominikanerkloster Beuron waren unsere Ziele. Den Abend verbrachten wir bei einem wunderschönen Sonnenuntergang auf dem „Strandbalkon“ am Neckar.

Am Rückreisetag machten wir einen Abstecher nach Ulm. Dort besichtigten wir das Ulmer Münster mit dem höchsten Kirchturm der Welt. Leider war eine Turmbesteigung nicht möglich. Dieses Mal nicht wegen Corona, sondern wegen Restaurierungsarbeiten.

Gesund und glücklich kamen wir am späten Abend wieder in Delmenhorst an.

Text und Fotos: Ludger Norrenbrock

Trotz der coronabedingten Einschränkungen (Mund-Nasen-Schutz im Bus, Handschuhe am Buffet, keine Gruppentische) und Besichtigungsausfällen war es schön, mal wieder rauszukommen und in Gemeinschaft etwas Neues zu erleben.

Endlich wieder im Urlaubsparadies Schloss Dankern

Nachdem wir im letzten Jahr auf unsere Freizeit im Ferienzentrum Schloss Dankern verzichten mussten waren wir alle sehr froh, dass wir in diesem Jahr dorthin fahren konnten.

Mitte September ging es los und wir hatten auch Glück mit dem Wetter. Fast alles war im Ferienzentrum mit Hygienekonzept möglich, nur die Disco war geschlossen.

Am ersten Abend besuchten wir alle zusammen das Restaurant auf Schloss Dankern. Ein Tagesausflug nach Meppen stand am nächsten Tag auf dem Programm. Außerdem haben wir eine Schiffstour auf der Ems gemacht. Wir hatten das Schiff ganz für uns alleine und fast jede*r von uns durfte sogar das Schiff einmal lenken. Das war ein tolles Erlebnis. Kaffee und Kuchen gab es auch an Bord. Am Abend waren wir dann gemeinsam im Kino. Den letzten Urlaubstag verbrachten alle unterschiedlich. Einige waren schwimmen, andere sind durch den Freizeitpark gelaufen oder haben einfach nur gefaulenzt. Abends haben wir dann beim Bowling abgeräumt und anschließend gab es Pizza-Buffet.

Es war eine tolle Woche und unsere Unterkünfte waren wieder richtig klasse!

Text: Steffen Hösterey und Melanie Liebner
Fotos: Melanie Liebner

Ein Aquarium für die Wohn-Gemeinschaft Humboldtstraße

Während der Corona-Pandemie verbrachten wir sehr viel Zeit zu Hause, weil wir nicht mehr täglich zur Arbeit gehen konnten und auch unsere Freizeitgestaltung sehr eingeschränkt war. Dadurch entstand der Wunsch nach einem Aquarium für den Wohn-Bereich.

Das Beobachten von Fischen, Garnelen und anderen Tieren, die in einem Aquarium ein Zuhause finden können, macht Spaß und entspannt. Es soll eine beruhigende Wirkung haben und Freude machen. Außerdem möchten sich die Bewohner*innen der Wohn-Gemeinschaft um die Tiere kümmern und somit Verantwortung übernehmen.

Anfang des Jahres 2021 stellten wir dann einen Antrag an die Stiftung Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg und freuten uns sehr, als dieser genehmigt wurde.

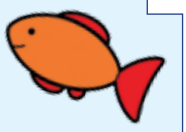
Das Aquarium wurde gekauft, mit Steinen, Ästen, Höhlen und einem Ornament dekoriert und dann mit Wasser befüllt. Danach kauften wir die ersten Pflanzen und bald im Anschluss zogen die ersten Aquarium-Bewohner*innen ein. Wir haben uns für drei Renn-Schnecken und zehn rote Sakura Zwerggarnelen entschieden. Zum Schluss haben wir uns noch Fische gekauft: Guppys in den Farben King-Kobra, Flamme und Koi.

Die Bewohner*innen der Wohn-Gemeinschaft Humboldtstraße haben verschiedene Aufgaben rund um das Aquarium übernommen. So gibt es jemanden, der morgens das Licht ein- und abends wieder ausschaltet. Ebenso gibt es einen Dienst für das regelmäßige Füttern morgens, den wöchentlichen Wasser-Wechsel mit der damit verbundenen Reinigung und jemanden, der die Wasser-Werte prüft und schaut ob alles in Ordnung ist.

Wir bedanken uns herzlich bei der Stiftung Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg.

Text und Foto: Patrick Deuble
METACOM Symbole: Annette Kitzinger

Nach und nach möchten wir das Aquarium mit etwas mehr Leben füllen.
Vielleicht muss auch mal die Dekoration erneuert oder erweitert werden.
Über eine kleine Spende für die Erweiterung und Pflege unseres Aquariums
würden wir uns sehr freuen.



Spendenkonto bei der LzO Delmenhorst:
IBAN DE39 2805 0100 0001 0532 55
Stichwort „WGH2 Aquarium“

Urlaubszeit in der Wohn-Gemeinschaft Schanzenstraße

Die Schließungszeit der Werkstätten wird von uns in der Wohn-Gemeinschaft Schanzenstraße immer gern genutzt, um tolle Ausflüge zu machen. Für jede*n ist dann etwas dabei.

Angefangen haben wir in der ersten Woche mit einem Ausflug nach Bad Zwischenahn. Mit dem Zug machten wir uns auf den Weg. Nach einem schönen Spaziergang haben wir uns mit einem Fischbrötchen am Zwischenahner Meer gestärkt.

In der zweiten Woche waren wir im Zoo in Hannover. Bei schönem Wetter fuhren wir los. Wir schauten uns viele Tiere an wie Pfauen, Erdmännchen und Papageien. Auch eine kleine Rundtour mit dem Boot haben wir gemacht. Dann wollten wir in der Sonne etwas essen und wurden plötzlich von einem starken Regenschauer überrascht. Klitschnass retteten wir uns in die Cafeteria. Auf dem Rückweg saßen wir dann auch noch am Bahnhof Hannover fest. Das war vielleicht ein Abenteuer. Aber wir meisterten alles und mussten im Nachhinein sehr darüber lachen.

In der dritten Woche machten wir einen Ausflug nach Bad Rothenfelde. Dort gibt es eine tolle Therme mit einem Solebecken. Entspannt ließen wir uns im Salzwasser treiben und genossen einen wunderbaren Wellness-Tag. Bad Rothenfelde bietet noch eine Besonderheit: zwei Gradierwerke. Diese haben wir uns auch angeschaut. Sie wurden genutzt, um die Salzgewinnung zu stärken. Die Werke beeindruckten uns sehr mit ihrer Größe.

Außerdem wünschten wir uns einen Ausflug an die Nordsee. Dieses Jahr wollten wir nach Burhave. Bei bestem Wetter genossen wir die Seeluft, wanderten im Watt und ließen uns ein „leckeres Essen mit Meerblick“ schmecken.

Außerdem haben wir in der Schließungszeit Himbeeren gepflückt, waren shoppen und asiatisch essen.

Insgesamt waren es abwechslungsreiche Urlaubswochen.

Text: Ute Kaerger und Laura Fortmann
Fotos: Laura Fortmann, Sevda Husak und Juliane Siedenburg

Hochbeete in der Bienenweide

Im Frühjahr haben wir in der Wohn-Gemeinschaft Zur Bienenweide unsere Hochbeete neu angelegt. Dafür haben wir zwei Gruppen gebildet.

Im Garten haben wir unser Hochbeet und das Steinbeet bepflanzt.

Aus dem einen Hochbeet wurde eine Gemüsekiste mit Radieschen, Kohlrabi, Möhren, Bohnen, Fenchel, Salat und Mangold.

Neben dem Hochbeet haben wir noch ein Steinbeet. Das haben wir genutzt, um besondere Kräuter wie Schoko-Minze, Ananas-Salbei, Zitronenmelisse, Mandarinen-Minze und Bio Kräuter einzupflanzen.

In dem anderen Hochbeet im Vorgarten haben wir eine riesige Kräuterkiste angelegt, sodass wir beim Kochen einfach nur rausgehen müssen, um uns frische Kräuter zu holen. Das Beet war voll mit Petersilie, Schnittlauch, Dill, Basilikum, Rucola, Rosmarin, Thymian, Estragon und Majoran.

Wir haben uns sehr gefreut, als wir sahen wie alles wuchs. An warmen Tagen haben wir unser Mineralwasser mit leckeren Minzsorten aufgepeppt. Auch Obstsalate konnten damit gut verfeinert werden. Den Mangold haben wir oft für Aufläufe verwendet.

Text: Jana Bosak und Elke Schrader
Fotos: Jana Bosak und Martha Uhde

Unterhalten sich zwei Nachbarn am Gartenzaun:
„Mein Hund ist unglaublich intelligent.
Er liest regelmäßig morgens die Zeitung.“
„Ja, ich weiß“ antwortet der andere.
„Mein Hund hat es mir erzählt.“

Bilder: © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

Brunos verrückter Geburtstag

30 Jahr – kein graues Haar – ist das nicht wunderbar?

Ich fühle mich super. Ich hatte einen tollen Geburtstag. Meine Wohn-Gemeinschaft in der Hansastraße hat mich mit vielen tollen Sachen überrascht. Es gab eine super leckere Foto-Torte und abends haben wir gegrillt. Ich habe auch viele schöne Geschenke bekommen.

Nach dem Essen musste ich eine komische Kochschürze und eine rot gelockte Perücke anziehen. Meine Mitbewohner*innen haben dann ganz viele Kronkorken auf dem Hof ausgeschüttet und ich musste richtig hart arbeiten. Zuerst musste ich mit einer Zahnbürste, dann mit einer Spülbürste, dann mit einem Handfeger und zum Schluss mit einem Besen alles wegfegen. Um zwischendurch weiterfegen zu dürfen, musste ich verschiedene Aufgaben erledigen: Lambada tanzen, Singen, Bauchtanz und ganz schnell Laufen. Das war ein Riesen-Spaß und ein ganz toller Tag. Dankeschön!!!

Text: Bruno dos Santos Ramos
Fotos: Maren Höhne und Sylwia Rybczak

Zwei x 25 = 50
Melanie Hippke wurde zum zweiten Mal 25

„Ab 50 ist es unsere Pflicht all den Blödsinn zu machen, für den wir mit 20 nicht das Geld hatten.“

Mein Geburtstag war wirklich klasse. Ich wurde richtig toll überrascht. Mit einem schwarzen Rennwagen wurde ich von zu Hause abgeholt und zum Restaurant gebracht. Dort standen meine Gäste Spalier und haben mich herzlich in Empfang genommen. Das war richtig schön. Es wurde lecker gegessen, gesungen und getanzt bis weit in die Nacht. Das schöne war, dass über 50 liebe Menschen zu meinem Geburtstag kamen, um mich zu feiern. Selbstverständlich fand die Feier unter Einhaltung der 3G-Regeln statt.

Den Tag werde ich nie vergessen.

Text: Melanie Hippke
Foto: Maren Höhne

Auf dem Alpakahof

Ein lang ersehnter Ausflug der Wohn-Gemeinschaft (WG) Zur Bienenweide war ein Picknick auf einem Alpakahof in Stuhr. In der WG haben wir das Picknick geplant. Gemeinsam wurde eingekauft und vorbereitet.

Auf dem Hof wurden wir freundlich von der Hofbesitzerin begrüßt. Sie hat uns zu den Alpakas geführt und uns all unsere Fragen geduldig beantwortet. Wir haben echt viel gelernt. Uns wurde gezeigt wie wir die Alpakas begrüßen. Außerdem haben wir gelernt, dass Alpakas nicht gestreichelt werden möchten, nur, wenn sie von selber auf einen zukommen. Am Kopf darf man sie nicht anfassen. Nach einer gewissen Zeit durften wir auch mit in das Gehege der Alpakas. Wir waren total begeistert und erstaunt, wie weich die Wolle war.

Als unsere Bäuche knurrten, machten wir es uns auf einer Wiese gemeinsam mit den Alpakas gemütlich und ließen uns unsere mitgebrachten Leckereien schmecken. Man hatte uns Bierzeltgarnituren auf die Weide gestellt, die schön mit kleinen Blumensträußen dekoriert waren. Das Wetter war warm und sonnig.

Nach dem Picknick wurde uns noch ein kleiner Hofladen gezeigt, in dem selbstgemachte Produkte mit Alpakawolle verkauft werden. Socken, Halstücher, Handschuhe, Parkas und vieles mehr gab es zu bestaunen.

Ein Höhepunkt für viele von uns war jedoch der „Chef“ auf dem Hof. Eine deutsche Dogge namens Alfred. Als wir sagten, dass keiner von uns Angst vor Hunden hätte, durfte Alfred frei über den Hof laufen.

Die Zeit verging viel zu schnell und als wir uns verabschiedeten, mussten wir Alfred leider dort lassen!

Text: Jana Bosak und Elke Schrader
Fotos: Jana Bosak und Martha Uhde

Wer Lust hat, den Alpaka-Hof zu besuchen, kann sich hier melden:

Torden Gard Alpakas
Sandra und Thomas Türke
Telefon: 04206 9482
www.torden-gard-alpakas.de

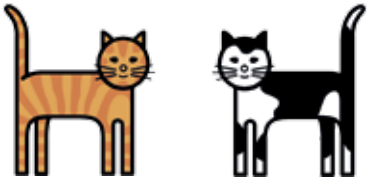
Ein Tag auf dem Bauernhof

Einige Bewohner*innen der Haus-Gemeinschaft Vollersweg in Bookholzberg haben in der Sommerzeit einen tollen Tag auf einem Bauernhof verbracht.

Auf dem Hof angekommen wurden wir vom Hofhund Kira freudig begrüßt. Wir durften die Katzen und Hasen streicheln. Auf dem Gelände liefen viele Hühner herum und zwei schöne Hähne gab es auch. Wir sind über die Wiesen, die zum Haus gehören, bis an einen kleinen Bach spaziert, wo wir an einem Steg Rast gemacht haben und frisch gepflückte Brombeeren naschen konnten.

Nach der Rückkehr zum Hof gab es im schönen Bauerngarten eine Kaffeetafel mit Torte und Gugelhupf. Ein weiterer Höhepunkt war, dass wir auf einem Trecker fahren durften. Da ich, Horst, das noch aus meiner Kindheit kenne und mich sehr für Traktoren interessiere, war das ein tolles Erlebnis für mich. Ich habe einige Traktor-Modelle in meinem Zimmer stehen. Auch meine Mitbewohner*innen hatten Spaß an der Fahrt und wir alle waren sehr glücklich an diesem Tag.

Text: Horst Kubitza und Manuela Petrini
Fotos: Andreas Grabowski
METACOM Symbole: Annette Kitzinger



Mit Crowdfunding Wünsche erfüllen

Dank der „Viele-schaffen-mehr-Plattform“ (Volksbank eG Delmenhorst-Schierbrok und StadtWerkegruppe Delmenhorst) und vielen Unterstützer*innen freuen sich die Kinder der Kita Moorkamp über drei Tablets für die Sprachförderung, die Bewohner*innen unserer verschiedenen Wohn-Einrichtungen über neuen Lesestoff für die Ohren und die Krippenkinder der Villa Kunterbunt über einen Krippenwagen.

Text: Verena Ringel
Fotos: Nils Lion, Udo Schienke und Vanessa Simon

Auf der Stelle… in Bewegung bleiben!

Dieses Projekt wurde Mitte April auf der „Viele-schaffen-mehr-Plattform“ für den Lauftreff „Lebenshilfe – Wir bewegen uns!“ veröffentlicht. Damit sollte erreicht werden, dass Menschen mit Beeinträchtigung auch in Corona-Zeiten weiterhin sportlich aktiv sein können. Das gemeinschaftliche wöchentliche Training des Lauftreffs war wegen der Pandemie nicht mehr möglich.

Die „Viele-schaffen-mehr-Plattform“ wird seit 2019 von der Volksbank eG Delmenhorst-Schierbrok und der StadtWerkegruppe Delmenhorst gemeinsam betrieben. Menschen fördern, Verantwortung übernehmen und ein partnerschaftliches Miteinander pflegen – nach diesen Werten handeln diese beide Delmenhorster Unternehmen. Sie geben Kraft, neue Wege zu gehen, innovative Lösungen zu finden und so die Zukunft erfolgreich zu gestalten. Die Projekte werden mit einem Zuschuss aus dem Crowdfunding-Spendentopf unterstützt. Pro Unterstützer*in und Projekt wird jede Spende bis maximal 100 Euro verdoppelt.

Nach nur einem Monat war das Wunsch-Spendenziel übertroffen. So konnte neben dem gewünschten Laufband auch noch ein Heimtrainer angeschafft werden. Dann kam die tolle Nachricht, dass die Stiftung Lebenshilfe Delmenhorst und Landkreis Oldenburg den Lauftreff bei der Errichtung einer Holzhütte unterstützt. Inzwischen ist diese „Trainings-Hütte“ fertig und kann genutzt werden.

Die Sportler*innen des Lauftreffs „Lebenshilfe – Wir bewegen uns!“ freuen sich über diese zusätzlichen Trainingsmöglichkeiten. Außerdem können nun auch Menschen mit Beeinträchtigung ihre Fitness und Kondition trainieren, die noch nicht beim Lauftreff aktiv dabei waren. Wegen der Corona-Pandemie wird das allerdings nur nach Anmeldung und mithilfe eines Trainingsplans möglich sein.

Der Lauftreff bedankt sich bei allen Unterstützer*innen, der Volksbank eG Delmenhorst-Schierbrok und der StadtWerkegruppe. Ohne die Crowfunding-Plattform wäre dieses Projekt nicht möglich gewesen.

Text: Ludger Norrenbrock und Verena Ringel
Foto: Peter Reisinger

Freuen sich über die neuen Sportgeräte: Heike Grimm, Julian Flocke (Intersport Strudthoff), Iris Dahlke (Volksbank eG Delmenhorst-Schierbrok), Henning Onnen, Wiebke Dirks und Ludger Norrenbrock (von links nach rechts)

Dr. Klaus & Regine Bohnemann Stiftung unterstützt die AAF

Von der Dr. Klaus & Regine Bohnemann Stiftung erhielt unsere Ambulante Autismusspezifische Förderung (AAF) in Delmenhorst eine großzügige Spende. Von diesem Geld wurden zwei Tablets mit Hüllen und dazugehörige Lern-Apps (z. B. Unterstützte Kommunikation) angeschafft. Künftig werden diese Geräte in der Therapie bei Kindern mit kognitiven Einschränkungen und bei Kindern und Jugendlichen mit Asperger Autismus zum Einsatz kommen.

Die Dr. Klaus & Regine Bohnemann Stiftung ist eine private („Tu Gutes“) Stiftung mit Sitz in Delmenhorst.

Text: Marion Janys
Bild: © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

DR. KLAUS & REGINE BOHNEMANN STIFTUNG

Danke

AAF erhält klangvolle Spende

Die Ambulante Autismusspezifische Förderung (AAF) freut sich über eine großzügige Spende des Rotary Clubs Delmenhorst.

Von dem Geld wurden verschiedene Musikinstrumente angeschafft, die in der Therapie zum Einsatz kommen.

Die Rotarier Dr. Norbert Boese und Hermann Mödden ließen es sich bei ihrem Besuch in den Räumen der AAF nicht nehmen, die neuen Instrumente gleich mit der Leiterin, Marion Janys, auszuprobieren.

Text und Foto:
Christine Mengkowski

Danke

Farbenfroh freut sicht über Restcent-Spende von ArcelorMittal Bremen GmbH

Marion Müller-Achterberg, Leiterin Unternehmenskommunikation bei ArcelorMittal Bremen GmbH, und Peter Wesling, Arbeitnehmervertreter der Aktion Restcent, überreichten am 19. August 2021 einen Spenden-Scheck an Jeanette Scholz, Leiterin unserer Heilpädagogischen Kindertagesstätte Farbenfroh in Wildeshausen. Diese Spende fließt als Teilbetrag in die Anschaffung und Errichtung einer weiteren Vogelnestschaukel. Die Schaukeln sind bei den Kindern sehr beliebt und unterstützen sie in vielfältiger Hinsicht in ihrer Entwicklung.

Das Geld stammt aus der Aktion Restcent. Hier spenden Mitarbeiter*innen der ArcelorMittal Bremen GmbH regelmäßig Cent-Beträge ihrer Lohn- und Gehaltsabrechnung. Die gespendete Summe wird vom Unternehmen verdoppelt und kommt gemeinnützigen Einrichtungen zugute.

Text und Foto: Christine Mengkowski

ArcelorMittal

ArcelorMittal Bremen unterstützt bereits seit vielen Jahren gemeinnützige Projekte

Jeden Monat spenden Mitarbeiter*innen von ArcelorMittal Bremen GmbH Cent-Beträge ihrer Lohn- oder Gehaltsabrechnung. Jede*r Einzelne spendet so monatlich eine Summe zwischen einem und neunundneunzig Cent und trägt dazu bei, dass gemeinnützige Projekte unterstützt werden.

Ohne diese Unterstützung der Mitarbeiter*innen von ArcelorMittal Bremen GmbH wäre eine Aktion wie Restcent nicht möglich. Wir bedanken uns bei allen Mitarbeiter*innen von ArcelorMittal Bremen GmbH sehr herzlich für dieses tolle Engagement.

Spende für den Familienstützenden Dienst

Über das Online Spendenportal HelpDirect erhielt unser Familienstützender Dienst eine Spende und freut sich nun über neue Materialien, die im Rahmen der Beratung eingesetzt werden. Darunter sind unter anderem Figuren, mit denen Stimmungen ausgedrückt werden können, um mit den Kindern noch besser zu interagieren. Bücher und Spiele komplettieren die neue Ausstattung.

Text: Beate Brieger
Foto: Kathrin Bolte

Danke

Der Familienstützende Dienst berät in Belangen, die das Kind und die Familie betreffen. Im Vordergrund steht die Stärkung der Familie. Er ist ein Beratungsangebot der Stadt Delmenhorst für Familien und wird von der Arbeiterwohlfahrt (AWO) und unserer Lebenshilfe gemeinsam durchgeführt.

„Käptn Blaubär“ in der Frühförderung

Klaus Döring, stv. Direktor Privatkundengeschäft bei der Landessparkasse zu Oldenburg (LzO) übergab einen Spendenscheck an Ann-Christin Senger, Leiterin unserer Heilpädagogischen Frühförderung in Delmenhorst. Die Spende wurde für die Anschaffung des Spielturms „Käptn Blaubär“ verwendet. Es dauerte nicht lange und das Kommando wurde von einigen jungen Kapitän*innen übernommen.

„Auf spielerische Art und Weise regen unsere Experten die Sinne an und motivieren zur Bewegung – hierfür sind u. a. auch die Spielgeräte im Außenbereich notwendig“, so Einrichtungsleiterin Ann-Christin Senger.

Text und Foto:
Christine Mengkowski

Danke

Ein Weiden-Tipi für die „Seesterne“

Zum Abschluss des Kita-Jahres 2020/21 spendeten alle Eltern der Krippenkinder ein Weiden-Tipi für den Spielplatz der Kindertagesstätte Sonneninsel in Bookholzberg.

Für die perfekten Anwachsbedingungen wurde der Termin zur Übergabe auf den September gelegt. Das Wetter war perfekt, Sonnenschein und Regen war für die nächsten Tage angekündigt.

Mit Hilfe der Elternsprecherin Claudia Menke und ihren Kindern Ella und Karla, sowie den Vätern Daniel Haitschi mit Tochter Lena, Kai Pawlowski mit seinem Sohn Tom und den beiden Fachkräften Nadja Janorschke-Teßmer und Alexandra Havekost wurden die Stäbe in die Erde gepflanzt. Eine gute Bewässerung durfte dabei nicht fehlen. Dabei konnten die Kinder ganz gut helfen.

Nach dieser schweißtreibenden Arbeit gab es zur Abkühlung für alle ein leckeres Eis.

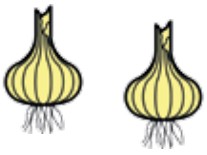
Nun gilt es, Geduld zu haben, um im nächsten Frühjahr zu erleben, wie aus den, jetzt noch kahlen, Zweigen frisches und zartes Grün sprießt. Daraus wird dann ein schönes dichtes Tipi mit herrlichem Blätterdach.

Großen Dank sprechen die Mitarbeiterinnen der Krippe und das gesamte Team der Kindertagesstätte Sonneninsel den Eltern und allen Spender*innen aus, die dieses Projekt ermöglicht haben.

Text und Foto: Nadja Janorschke-Teßmer
METACOM Symbole: Annette Kitzinger

Otto und Egon zelten. Mitten in der Nacht wird Otto von Egon geweckt.
Egon: „Schau mal nach oben. Was siehst Du da?“
Otto: „Ich sehe die Sterne am Himmel.“
Egon: „Und was schlussfolgerst Du daraus?“
Otto: „Dass es im Universum sehr viele Planeten gibt.“
Egon: „Quatsch, man hat uns gerade das Zelt geklaut.“

Spinat-Nudel-Auflauf... ein Rezept von Thorsten Ebert



Zutaten für 4 Portionen:

2 Zwiebeln, 2 Becher Schlagsahne, Gemüsebrühe, 2 Pakete Blattspinat tk, 2 Mozzarella, 2 Päckchen geriebener Käse, 300 g Nudeln (Trulli), 600 ml Wasser, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und eine große Auflaufform

Zubereitung:

Ziebeln schälen und hacken

600 ml Wasser, 2 Becher Schlagsahne, 2 TL Gemüsebrühe und die Zwiebeln in einen Topf geben, umrühren und zum Kochen bringen.

Backofen auf 180 Grad vorheizen

Die Soße kocht?
Dann kommt der Spinat dazu.

Den Spinat in die Soße einrühren und mit viel Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen.

In der Zwischenzeit den Mozzarella in schmale Scheiben schneiden und die Nudeln (300 g) abwiegen.

Die Nudeln in die Spinatsoße geben
und einrühren.

Wenn die Nudeln ganz mit der Soße vermischt sind, die ganze Masse (Nudeln mit Spinatsoße) in eine Auflaufform geben und glatt streichen.

Erst den geriebenen Käse darauf verteilen und anschließend die Mozzarellastreifen.

Ab in den Ofen und 30 Minuten backen.

Guten Appetit!

Fotos: Maren Höhne
METACOM Symbole: Annette Kitzinger

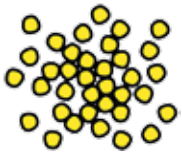
Wraps mit Fleisch, Salat und Tzatziki... ein Rezept von Kim Marcel Sanftleben

Zutaten für 8 Personen

500 g Hackfleisch, 500 g Hähnchenbrustfilet, 1 Salatkopf, 1 Salatgurke, 1 rote Paprika,
250 g kleine Tomaten, 2 Zwiebeln, 1 Dose Mais, 2 Stück Schafskäse, 500 g Tzatziki und 16 Wraps
Außerdem Salz, Pfeffer, Curry, Knoblauch- und Paprikagewürz und etwas Öl zum Braten.

Zubereitung

Das Gemüse (Salat, Gurke, Tomaten und Paprika) gründlich waschen.



Gemüse schneiden

- Gurke in der Mitte teilen, dann halbieren und in Scheiben schneiden
- Paprika in Streifen schneiden und dann in der Mitte teilen
- Tomaten werden geviertelt
- Salatblätter abzupfen und dann in Streifen schneiden
- Zwiebeln von der Schale befreien, in der Mitte durchschneiden und dann in Ringe schneiden.

Dann den Mais in einem Sieb abtropfen lassen und danach den Schafskäse erst in Streifen und dann in Würfel schneiden.

Alles wird in Schalen schön angerichtet. Auch der Tzatziki.

Als nächstes wird das gewaschene Hähnchenbrustfilet mit einem Zewa-Tuch abgetupft und in ca. 2 cm große Stücke geschnitten.

Eine Pfanne auf höchster Stufe erhitzen und 2 Esslöffel Öl hineingeben.

Das Hähnchenfleisch im heißen Öl rundum anbraten und dann die Temperatur des Herdes auf eine niedrigere Stufe stellen.

Fleisch mit 1 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Paprika, 1 Teelöffel Knoblauch, 1 Teelöffel Curry und 1/2 Teelöffel Pfeffer würzen.

Danach zur Seite stellen und warm halten.

Eine weitere Pfanne auf höchster Stufe erhitzen.

Dann in 2 Esslöffeln Öl das Hackfleisch rundum anbraten. Temperatur wieder niedriger einstellen.

Auch das Hackfleisch mit 1 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Paprika, 1 Teelöffel Knoblauch, 1 Teelöffel Curry und 1/2 Teelöffel Pfeffer würzen.

Danach ebenfalls zur Seite stellen und warm halten.

Die Wraps in der Mikrowelle 1 Minute erwärmen.

Füllung ja nach Geschmack auf das erwärmte Wrap legen, aufrollen und genießen.

Einfach nur super lecker!

Fotos: Maren Höhne
METACOM Symbole: Annette Kitzinger

Foto: Ludger Norrenbrock