Nr. 34 / Herbst 2016 / Auflage 4.000

KIDS Aktuell

Magazin zum Down-Syndrom

Schwimmen, Skaten, Reiten, Radfahren, Laufen, Skifahren, Turnen, Judo – Titelthema:

Sport

Kids HAMBURG e.V.

Umschlagbild:
... ???

Herausgeber

KIDS Hamburg e.V.
Kontakt- und Informationszentrum
Down-Syndrom

Heinrich-Hertz-Str. 72
22085 Hamburg
Telefon 040/38 61 67 80
Telefax 040/38 61 67 81
www.kidshamburg.de

KIDS Aktuell wird allen Mitgliedern des Vereins KIDS Hamburg e.V. kostenlos zugesandt.
KIDS Aktuell wird an Praxen, Schulen und diverse Institutionen im Hamburger Raum verschickt und bei Veranstaltungen an Interessierte abgegeben.
Die Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.

Nachdruck oder Übernahme von Texten für Internetseiten ist nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung durch die Redaktion gestattet.
Meinungen, die in den Beiträgen geäußert werden, entsprechen nicht in jedem Fall der Auffassung der Redaktion. Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen und Artikel redaktionell zu bearbeiten und, sofern passend, Abbildungen hinzuzufügen. Eine Garantie für die Veröffentlichung der eingesandten Beiträge wird nicht gegeben.

Redaktion:
Regine Sahling

Gestaltung:
Simone Claaßen

Lektorat:
Renate Stockmann, Jutta Schwarz

Schrift:
Gespendet von Lucas Font, Berlin

Jakob

Richtigstellung:

In der letzten Ausgabe KIDS AKTUELL Nr. 33, Artikel „Schulbegleitung“, auf Seite 20, rechte Spalte, hat sich leider ein inhaltlicher Fehler eingeschlichen. Wir bitten zu beachten:

Der Antrag auf Eingliederungshilfe nach SGB XII wird nicht beim Sozialamt, sondern über die Behörde für Schule und Berufsbildung gestellt.

Inhalt

4 Vorwort
5 Themenankündigung KIDS Aktuell Nr. 35

6 KIDS Hamburg e.V. lebt ...
8 Paul Jahnke versteigert EM Trikot zugunsten von KIDS Hamburg e.V.
9 Spendenlauf zugunsten von KIDS Hamburg e.V.
10 Malen für KIDS – von Pötten und tiefem Blau
11 Adventskalender 2016 – jetzt bestellen!

Inklusion

12 Circusschule TriBühne
16 Zirkusprojekt „Regenbogen“ und ELB (Stelle für Entwicklungs- und Lernberatung), Dr. des. Alfred Röhm, Universität Hamburg
20 Offener Brief an Herrn Senator Ties Rabe, Behörde für Schule und Berufsbildung
22 Meine Ausbildung bei der Alsterarbeit
23 Experiment gewagt und geglückt
24 Praktikum in der Buchhandlung Christiansen
25 Bundesteilhabegesetz

Gemischte Beiträge

26 „Ich musste immer stark sein“ – Geschwister von Menschen mit Behinderung
32 KIDS Geschwistergruppe
33 KIDS Freizeitgruppe
34 Unsere „Starken Frauen“
35 Mädchengruppe III übt sich in Wendo
36 Die „Flippergirls stellen sich vor
37 Die „Wilden Kerle“ auf Reise

Sport

40 Vielfältige Berichte von Fachleuten und Vereinsmitgliedern zum Thema Sport in Vereinen, auf Veranstaltungen und in der Freizeit
64 Literatur zum Thema Sport

Medien

65 Buchvorstellung: Einen neuen Blick auf Lernleistungen von Menschen mit Trisomie 21 wagen, André Frank Zimpel
66 Literatur / Neuerscheinungen
68 Kinofilm

Wissenswertes

69 Pflegestärkungsgesetz II

Seminare

Seminareberichte:
71 Enkelkind mit Down-Syndrom
74 Ernährung für Menschenmit Down-Syndrom
75 Umgang mit abweichendem und aggressivem Verhalten bei Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen

Seminarankündigung:
79 Fortbildung: „Inklusives Lernen“ – Inklusiver Unterricht für Kinder mit Down-Syndrom, Dr. Christel Manske

88 Wer macht was?
89 Regelmäßige Beratungsangebote
90 Regelmäßige Gruppenangebote
91 Veranstaltungen und Termine

Liebe Leserinnen und Leser,

das Jahr der Fußball-EM und Olympischen Spiele haben wir zum Anlass genommen diese Ausgabe der KIDS Aktuell zum Thema „Sport und Inklusion“ zu gestalten. Die zahlreichen Zusendungen, die wir erhalten haben, zeugen von der Bedeutung, die dieser Lebensbereich für unsere Mitglieder hat. Neben dem gesundheitlichen Aspekt spielen Teilhabe und Selbstbestimmung der Sportler eine wesentliche Rolle. Menschen mit Down-Syndrom sind in einem willkommen heißenden Umfeld zu erstaunlichen Leistungen fähig, besonders wenn sie die Sportart auswählen und dort aktiv werden können, wo sie sich wohl fühlen, wo ihre Fähigkeiten und Interessen liegen. Die wachsende Vielfalt von Sportmöglichkeiten für Menschen mit Down-Syndrom spricht eine steigende Zahl von potentiellen Sportlern an, erhöht deren Lebensfreude, Durchhaltevermögen und Einsatzwillen. So werden heute von den Sportlern bis vor kurzem nicht vorstellbare Leistungen erzielt.

Wir veröffentlichen einen Bericht über den Mannschaftssport Fußball und die besondere Bedeutung von gemeinsamem Training, dem Zusammenwachsen der einzelnen Spieler zu einer Mannschaft und den Turnieren, die zweifellos die Highlights einer jeden Fußballer-Karriere darstellen. Einige Mitglieder von KIDS Hamburg e.V. trainieren in dem Verein Downlaufen e.V. und nehmen allen Vorurteilen zum Trotz an den großen Laufveranstaltungen in Hamburg mit wachsender Begeisterung und beachtlichem Erfolg teil. Ein Bericht schildert die Deutschlandspiele von Special Olympics in diesem Jahr in Hannover, an denen die Schwimmer vom Eimsbüttler Turnverband teilgenommen und zahlreiche Medaillen nach Hause gebracht haben.

Ein Vater schreibt über die Bedeutung von Inklusion im Bereich von Freizeit und Hobby im Zusammenhang mit dem von der Cirkusschule TriBühne organisierten Wandercirkus. Im Sommer 2015 schlug der Wandercircus für zwei Wochen an zwei Orten in Schleswig-Holstein mit ca. 70 ArtistInnen, BetreuerInnen, TrainerInnen und Begleiterinnen seine Zelte auf, probte und präsentierte das gemeinsam erarbeitete atemberaubende Programm in zwei gelungenen Aufführungen.

Das Thema Schule beschäftigt uns auch in dieser Ausgabe der KIDS Aktuell. Nach wie vor gibt es im Hamburger Schulsystem viele Verbesserungsmöglichkeiten. KIDS Hamburg e.V. schildert in einem offenen Brief an Schulsenator Ties Rabe die Sorgen der Eltern von Schülern, die mit dem Down-Syndrom leben. KIDS Hamburg e.V. möchte seine Beratungstätigkeit in diesem Bereich ausweiten und seine Expertise im Interesse von Schülerinnen und Schülern zur Verfügung stellen, um so Berührungsängste abzubauen, Schulen auf die Aufnahme von Schülern mit Down-Syndrom vorzubereiten und die Entwicklung inklusiver und willkommen heißender Strukturen im Hamburger Bildungswesen zu unterstützen.

Zahlreiche Berichte aus unseren Gruppen geben einen Einblick in das bunte Vereinsleben und die vielfältigen Gruppen von KIDS Hamburg e.V.

Wir hoffen, dass Sie, liebe Leserinnen und Leser, Freude an der Lektüre dieser Ausgabe der KIDS Aktuell haben.

Herzliche Grüße

Regine Sahling

Schreiben Sie uns zum Thema:

Sexualität und Partnerschaft

Sexualität und Partnerschaft sind tabubesetzte Themen – besonders in Bezug auf Menschen mit einer sogenannten geistigen Behinderung. Sie werden auch heute noch oft als geschlechtslos und nicht als Mann und Frau wahrgenommen. Die sogenannte Behinderung steht in der Außenwahrnehmung von Eltern und Betreuern im Vordergrund und überdeckt Geschlechtsrollenthemen. So wird der Kinderwunsch von Menschen mit sogenannter geistiger Behinderung von vornherein als unerfüllbar abgetan, anstatt den Menschen Gelegenheit zu geben, sich mit diesem Wunsch und allen damit verbundenen Veränderungen, Anforderungen und Pflichten ernsthaft auseinander zu setzen.

Menschen mit sogenannter geistiger Behinderung haben die gleichen Bedürfnisse wie Menschen ohne Behinderung. Die Besonderheit liegt in den Lebensbedingungen, die sich häufig durch Einschränkungen, wenig Selbstbestimmung sowie Aufsicht und Kontrolle auszeichnen. Eingeschränkte Außenkontakte und fehlende Erfahrungen erschweren die Partnersuche. Daher ist es Männer und Frauen mit sogenannter geistiger Behinderung schwer, ihre Rolle als Mann oder Frau zu leben und ihre sexuellen Wünsche zu verwirklichen.

Wir möchten mit der nächsten KIDS Aktuell dazu beitragen, Vorurteile abzubauen, Sprachlosigkeit zu überwinden, Hilfsangebote bekannt zu machen und neue Perspektiven aufzuzeigen. Dazu benötigen wir Ihre Unterstützung! Bitte schreiben Sie uns über Ihre Erfahrungen und Gedanken zu diesem Thema.

Hinweis:
Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir A4-Vorlagen (wie Zeugnisse, Formulare oder Ähnliches) nicht unbedingt abbilden können. Solch großen Abbildungsformate können den geplanten Umfang unseres Magazins sprengen.

Besonders ansprechend wird die KIDS Aktuell durch die schönen Fotos, die uns unsere Leser zur Verfügung stellen. So freuen wir uns auch für die nächste Ausgabe über die Zusendung von aktuellen Fotos, die wir in der KIDS Aktuell und auf unserer Website veröffentlichen dürfen (Bilder mit möglichst viel dpi). Die KIDS Aktuell wird nach ihrem Erscheinen auf unserer Website online gestellt.

Bitte senden Sie Beiträge und Fotos an
redaktion@kidshamburg.de

Nächster Redaktionsschluss ist der 15.1. 2017.

Alle, die uns schreiben, erhalten als Dank die nächste Ausgabe der KIDS Aktuell. Vergessen Sie also nicht, uns Ihre Adresse mitzuteilen.

Redaktionsschluss:
15.1. 2017

KIDS Hamburg e.V. lebt ...

... von guten privaten Gesprächen und gemeinsamen Zukunftsplanungen für den Verein.

... von Freundschaften, die das Selbstbewusstsein und den Willen zur Gestaltung einer inklusiven Zukunft stärken.

... von einfühlsamer und kompetenter Beratung der Mitglieder untereinander und aller an den Themen Down-Syndrom und Inklusion interessierter Menschen. Wir danken allen in unserem Beratungsteam tätigen Mitgliedern für ihre großartige Unterstützung durch zahllose Telefonate mit Ratsuchenden, Beratungsgespräche in Geburtskliniken und Kinderkrankenhäusern sowie die Organisation von Informationsveranstaltungen für Studierende, Pädagogen und andere Interessierte.

... von einem engagierten Büroteam. An dieser Stelle sei insbesondere Renate Stockmann herzlich gedankt, die seit 15 Jahren im Büro von KIDS Hamburg e.V. im Einsatz ist. Sie beantwortet alle Fragen von A, wie Abgabenordnung, bis Z, wie Zöliakie, zuverlässig und kompetent und weiß jederzeit Rat, wo weitere Informationen zu erlangen sind. Sie hat die Bürotechnik voll im Griff und die Buchhaltung up to date. Kurz gesagt, sie ist das Non plus ultra unseres Vereinsbüros!

... von der projektbezogenen Arbeit unserer Mitglieder. Wir danken Simone Claaßen für 15 Jahre kreativer und liebevoller Gestaltung aller Vereinsdrucksachen und insbesondere der „KIDS Aktuell – Magazin“ zum Down-Syndrom“. Sie hat das Gesicht von KIDS Hamburg e.V. wesentlich gestaltet und für einen frischen, zukunftsorientierten Auftritt gesorgt, der viele Menschen im Zusammenhang mit dem Thema „Down-Syndrom“ zunächst überrascht, gleichzeitig überzeugt und positiv berührt.

... von der Unterstützung durch unsere Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die z.B. tatkräftig den Versand der KIDS Aktuell vorbereiten und dabei viel Spaß zusammen haben oder beim Flohmarkt-Cafè Unmengen von Kaffee kochen und die von den Standbetreibern gespendeten selbstgebackenen Kuchen verkaufen.

... von gemeinsamen Festen, wie unserem Sommerfest in der Kita Schatzkiste und unserer Benefiz-Party, bei der in diesem Jahr 300 Gäste getanzt, gefeiert und gleichzeitig Gutes getan haben. Wir freuen uns schon darauf, Sie, liebe Leserinnen und Leser, am Donnerstag, den 30.3.2017 zu unserer 5. Benefiz-Party begrüßen zu dürfen!

... von anspruchsvollen und innovativen Seminaren mit kompetenten und erfahrenen Dozenten in angenehmer Atmosphäre. Ehrenamtliche und Mitglieder sorgen dabei für das leibliche Wohl der Teilnehmer. Insbesondere danken wir Jürgen Reders, der zuverlässig gemeinsam mit unseren Mitgliedern für schmackhafte und abwechslungsreiche Buffets sorgt.

... von Bildungs- und inklusiven Freizeitangeboten für unsere Mitglieder und Freunde, die wir mit Hilfe von ehrenamtlich tätigen jungen Menschen, ausgerichtet an den Interessen und Bedürfnissen unserer Mitglieder, planen und durchführen können.

... von großartigen Therapeuten und Gruppenleitern, die bei KIDS Hamburg e.V. vielfältige Angebote für „unsere Kinder“ konzipiert und diese auf dem Weg ins Erwachsenenleben begleitet haben und noch begleiten. Hier möchten wir besonders der Musiktherapeutin Gabi Küchler und der Kunsttherapeutin Britta Bonifacius danken, die seit über 10 Jahren mit großer Hingabe bei uns tätig sind.

... von dem Engagement in verschiedenen Netzwerken, die sich u.a. für eine inklusive Schule, für einen guten Übergang von der Schule in den Beruf oder für einen kritischen Umgang mit Pränataldiagnostik einsetzen.

... von langjährigen Förderern, die unsere Vereinsarbeit insgesamt oder einzelne Gruppen und Projekte regelmäßig fördern und unserem Verein damit ein gewisses Maß an finanzieller Planungssicherheit schenken.

... dem Vertrauen in unseren Verein, das Familien dazu veranlasst bei fröhlichen und traurigen Anlässen in

der Familie und unter Freunden und Bekannten Spenden für KIDS Hamburg e.V. zu sammeln.

Der Leitsatz von KIDS Hamburg e.V. ist klug gewählt: **Gemeinsam Ziele erreichen** ist das Rezept für den Erfolg unseres Vereins. Der Beherzigung dieses Leitsatzes durch unsere Mitglieder, Freunde und Förderer haben wir dies zu verdanken!

Paul Jahnke versteigert auf Facebook ein EM Trikot für KIDS Hamburg e.V.

Wie schon im letzten Jahr war Paul Jahnke sofort bereit ein Trikot mit den Originalunterschriften der deutschen Nationalmannschaft auf facebook zu versteigern. Pünktlich zum Beginn der EM ging es los und wenig später haben die Gebrüder Ali-Reza und Hossein Zolfaghari, Inhaber von Global Cars Hamburg, das begehrte Trikot ersteigert – und den Betrag nochmal verdoppelt! So kamen für KIDS Hamburg e.V. 1.020 Euro zusammen!

Für das Foto mit Paul Jahnke und Konstantin Fischer haben die neuen Besitzer das Trikot von der Wand und aus dem Rahmen genommen – es ist nicht das Einzige, was dort hängt und von der Fussballbegeisterung der Gebrüder Zolfaghari zeugt!

Wir freuen uns über diese wunderbare Aktion und danken Paul Jahnke für seinen engagierten Einsatz und Ali-Reza und Hossein Zofaghari für ihre großzügige Spende!

Spendenlauf

Zum vierten Mal hat Familie Wilson den Hamburg-Marathon zum Anlass für einen Spendenlauf für KIDS Hamburg e.V. genutzt.
Insgesamt hat Familie Wilson in diesem Jahr sagenhafte

955 Euro

für die Vereinsarbeit von KIDS Hamburg e.V. gesammelt! Für diesen großartigen Beitrag zu unserer Vereinsarbeit danken wir allen Läufern und Unterstützern sehr herzlich!

Malen für KIDS Hamburg e.V.

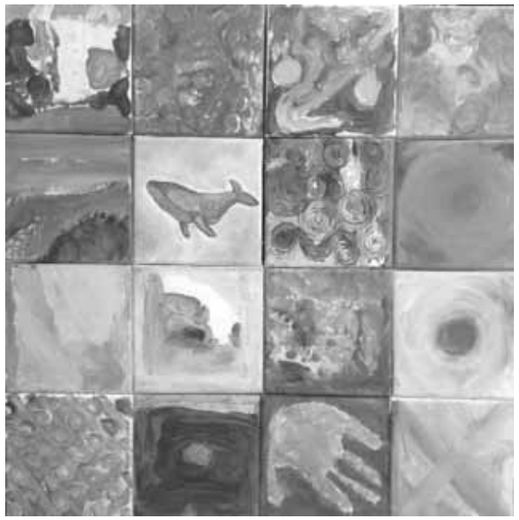
Von Eva Jürgensen

Wir, das sind dreizehn Familien, die 1995 bis 1997 ein Kind mit Trisomie 21 bekommen haben und sich dadurch kennenlernten. Seit 1997 fahren wir einmal im Jahr, meistens über Pfingsten, auf eine gemeinsame Freizeit. Mit dabei sind natürlich auch Geschwisterkinder, manchmal auch eine Großmutter, Freunde oder Lebenspartner. Im Vordergrund unserer jährlichen Gruppentreffen stehen der gegenseitige Austausch und gemeinsames Erleben. Neben sportlichen Aktivitäten wie Bogenschießen, Reiten, Klettern, Segeln, Boot und Floß fahren, haben wir bei jedem Treffen auch kreative Tätigkeiten für uns organisiert. Es wurde gefilzt, Steine wurden bemalt, Lichterketten, Seifen, Cremes oder Stulpen gefertigt.

Dieses Jahr – es war die 20. Familienfreizeit – wollten wir während unserer gemeinsamen vier Tage in Neukloster malen. Wibke Ahrens hatte die Idee, ein großes Bild auf einer Leinwand mit Fingerfarben zu gestalten, nicht jeder für sich, sondern gemeinsam. Sie fragte mich nach weiteren Ideen. Ich brachte dann aus meinem Atelier mit, was ich an Geeignetem in meinem Bestand fand: Eine große Leinwand, viele kleine Leinwände sowie 16 kleine, aber gleich große Leinwände und eine ganze Palette Gouachefarben. Ein recht kühler und regnerischer Nachmittag war ideal für unsere Mal-Aktion. Zunächst entschieden unsere jungen Erwachsenen mit Down-Syndrom, was auf die große Leinwand sollte. Die Entscheidung fiel auf den Segelkutter, mit dem sie vormittags bei stürmischer See unterwegs gewesen waren. Zunächst klebten wir mit Kreppband die Konturen ab, dann malten ca. sechs Künstler los. Es malten auch zwei oder drei Eltern mit, halt jeder, der Lust hatte. Entstanden ist dann der schöne große Kutter, der sich durch schwere See kämpft und von Sonne, Wolken und Blitzen begleitet wird.

Fingerfarbe auf Canvas 120 X 90 cm

Als zweite Gemeinschaftsarbeit bot ich an, die kleinen, gleich großen Leinwände zu bemalen. Der Clou: jede/r malt für sich an einer Leinwand, darf jedoch nur drei vorgegebene Farben benutzen, nämlich weiß, blau und grün. Durch die Farbvorgabe haben die kleinen Leinwände schon mal alle etwas Gemeinsames und passen gut zueinander, auch wenn sie unterschiedlich gestaltet werden. Den KünstlerInnen hat es sehr gut gefallen ein „eigenes“ Bild zu gestalten, was dann zu einem großen Ganzen zusammengefügt wurde. Und das kam dabei heraus:



Gouache auf 16 Leinwänden,
Gouache auf Canvas 60x60 cm

Wir sind sehr zufrieden mit unseren Werken und es hat uns viel Freude bereitet, sie zu gestalten.

Diese Bilder sind bis zum 11. Dezember im Original in den Vereinsräumen von KIDS Hamburg e.V. zu besichtigen. Sie werden vom 2. bis 11. Dezember 2016 auf e-bay versteigert. Der Erlös kommt KIDS Hamburg e.V. zugute. Es sprechen drei gute Gründe dafür, dass Sie, liebe Leserinnen und Leser, sich an der Versteigerung beteiligen:

- Sie können ein attraktives, individuelles Weihnachtsgeschenk ersteigern,
- Sie zeigen den beteiligten Künstlerinnen und Künstlern Ihre besondere Wertschätzung für ihre kreative Arbeit und
- Sie unterstützen die Vereinsarbeit von KIDS Hamburg e.V. und tragen damit dazu bei, dass die vielfältigen Angebote von KIDS Hamburg e.V. auch im kommenden Jahr entsprechend den Interessen und Bedürfnissen der Mitglieder fortgeführt und erweitert werden können.

Vorfreude auf Weihnachten

Nach dem Motto „Geteilte Freude ist doppelte Freude“ können Sie Ihren Lieben, Verwandten, Freunden, Mitarbeitern, Kollegen und Bekannten eine besondere Freude in der Vorweihnachtszeit machen und gleichzeitig die Vereinsarbeit von KIDS Hamburg e.V. unterstützen, indem Sie die stimmungsvollen Adventskalender mit liebevollen Motiven aus den Hamburger Stadtteilen Blankenese und Othmarschen verschenken. Mit diesem traditionell gestalteten Kalender nehmen Sie gleichzeitig an der Verlosung zahlreicher hochwertiger Sachgewinne und Gutscheine teil, da sich auf jedem Kalender eine Losnummer befindet. So warten noch viele zusätzliche schöne und wertvolle Adventsüberraschungen auf diejenigen, die die Türchen dieser Kalender öffnen werden ...

Den Blankeneser und den Othmarscher Adventskalender können Sie ab sofort bei KIDS Hamburg e.V. unter der Telefonnummer 040/38 61 67 80 oder per mail tatjana.qorraj@kidshamburg.de, sowie bei mail@othmarscher-adventskalender.de oder mail@blankeneser-adventskalender.de bestellen.

Inklusion

Mit Hannah auf Wanderzirkus

Von Kai Bruhn

Inklusion ist, wenn Inklusion nicht der Schwerpunkt ist:

Hannah ist ein Frosch. Ein Frosch, der toll Seilspringen kann. Mit einzelnem Seil und im double dash, mit atemberaubender Geschwindigkeit, im vollen Rampenlicht. Hannah ist beim Zirkus. Seit dreieinhalb Jahren trainiert sie jede Woche bei der Altonaer „Circusschule TriBühne“, hat schon diverse Aufführungen in Hamburg hinter sich und ist mit Feuer und Flamme dabei.

Hannah

In Sommer 2015 steht bei TriBühne etwas Besonderes auf dem Programm: Die Zirkusschule geht auf Wanderzirkus, und Hannah fährt mit! Ich als ihr Vater begleite sie. Hannah ist heute dreizehn Jahre alt und lebt mit dem Down-Syndrom.

Wanderzirkus bedeutet: 45 Artist*innen im Kinder- und Jugendalter und etwa 25 jugendliche und erwachsene Betreuer*innen, Trainer*innen und Begleiter*innen fahren mit großem Zirkuszelt und Zeltlager in zwei Dörfer, trainieren, erarbeiten eine komplette Show und führen diese öffentlich vor. Leben zwei Wochen im Camp, schlafen in Gruppenzelten, radeln einmal quer durch Schleswig-Holstein, organisieren einen kompletten Ortswechsel, haben immer einen stramm organisierten Tag. Eine große Nummer also, die nur funktionieren kann, weil die Macher*innen von TriBühne ziemlich genau wissen, was sie tun.

TriBühne (www.tribuehne.net) hat sich seit 1999 zu einer der größten Hamburger Zirkusschulen entwickelt. Etwa 220 Kinder und Jugendliche im Alter von 5 bis 21 Jahren trainieren wöchentlich in verschiedenen Gruppen, erlernen akrobatische Fertigkeiten, stärken ihr Selbstbewusstsein Sozialverhalten, erarbeiten große Shows und bringen sie regelmäßig zur Aufführung. Hannahs Gruppe „Trillefix“ arbeitet inklusiv: Kinder und Jugendliche mit und ohne Handicap trainieren gemeinsam, lernen gemeinsam, entwickeln sich gemeinsam und stehen gemeinsam in der Manege. Und alle zwei Jahre fährt TriBühne auf Wanderzirkus.

Inklusion ist nicht der erklärte Schwerpunkt des Wanderzirkus, und das ist vielleicht das eigentlich Inklusive: Im Zentrum steht das gemeinsame Projekt, das Training, die Show auf hohem Niveau, das gemeinsame Gruppenerlebnis, Einstudieren und Aufführung eines komplexen Stücks, der Applaus im vollbesetzten Zelt. Und, nicht zu unterschätzen, die Organisation

eines Camps für mehr als 70 Personen, mit Infrastruktur und Kommunikation und der nötigen Sozialkompetenz, mit exzellenter Küche, mit Diskussions- und Plauderrunden, mit Rücksichtnahme und Machtkämpfen, mit Empathie und Zickenterror, mit Fußball und stundenlangen Werwolf-Runden. Das fordert viel von den Beteiligten, von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen: Zwei Wochen Gruppenprogramm rund um die Uhr, ein strammer Zeitplan, viel Kooperations- und Diskussionsbereitschaft, wenig Privatsphäre.

Ganz besondere Anforderungen stellt allerdings ein genau getakteter Tag in unbekannter Umgebung an ein Mädchen wie Hannah. Sie kann nicht die Uhr lesen, hat kein gut entwickeltes Zeitgefühl, und überhaupt dreht die Welt sich für sie langsamer. Und sie liebt das Gewohnte und das Bekannte. Mit einem „...wir treffen uns dann in zehn Minuten zum...“ kann Hannah nicht viel anfangen. Ich ahne schon, was wir auch aus der Schule kennen: Der Teufel steckt in den Übergängen, in dem „Wann bin ich wo, und mit wem?“, in dem „Und was jetzt?“ und natürlich immer wieder in dem „Warum?“. Und in dem Stress, der aufkommt, wenn diese Fragen nicht rechtzeitig und nicht in Ruhe und nicht immer wieder von neuem geklärt sind. Ich bin sehr gespannt, wie Hannah, wie ich und wie der ganze Wanderzirkus mit diesen Herausforderungen umgehen wird.

Das Zirkuscamp mit zweimastigem Zirkuszelt, Schlaf-, Küchen-, Essens- und Materialzelten wird von den Erwachsenen und vielen Helfer*innen übers Wochenende in Nordhastedt bei Heide aufgebaut. Dann erst kommen, per Rad vom Bahnhof abgeholt, die jungen Artisten, nehmen die Gruppenzelte in Beschlag, diskutieren lange, wer neben wem..., beschnuppern sich erstmal und rollen die Schlafsäcke aus.

Dann sitzen alle im Kreis, in erster großer Runde, es geht um das Zusammenleben im Wanderzirkus, um Schlafenszeiten, um das Stück, das erarbeitet wird, um Regeln, um Trainingszeiten, um die Verteilung der Artistiknummern, um die Abwasch- und Aufdeckgruppen, um...

Das pädagogische Konzept des Wanderzirkus sieht vor, dass mitreisende Eltern (wie ich) sich möglichst wenig mit ihren eigenen Kindern beschäftigen. Jeweils zwei bis drei Eltern oder Betreuer*innen kümmern sich um eine Zeltgruppe von 10-15 jungen Menschen (nicht ihre eigenen Kinder) und haben – außerhalb der Zirkusarbeit- die Verantwortung als „Zelteltern“ und Ansprechpartner. Im orangen Zelt, in dem Hannah und noch ein weiteres Mädchen mit Handicap schlafen, gibt es, das haben wir verabredet, eine zusätzliche Betreuerin. Das bedeutet also für mich: Verantwortung abgeben fürs eigene Kind, Entwicklungen geschehen lassen. Im richtigen Moment weggucken, und vielleicht auch mal im richtigen Moment hingucken. Die Klappe halten. Keine leichte Aufgabe, finde ich. Die erfordert viel Vertrauen.

Hannah ist da entspannter: Sie hält sich an die Jungs, mit denen sie Frisbee und Fußball spielen kann. Das ist für sie zunächst übersichtlicher als die Dynamik, die eine frisch zusammengewürfelte Mädchengruppe hat, die noch nicht genau weiß, wer ihr Alphatier wird.

Am Abend dann, nachdem das Essen im voll besetzten Essenszelt gut überstanden ist, geht’s im Mädchenzelt doch zur Sache: Da ist Hannahs Bettbär verschwunden (hat sich ganz unten im Schlafsack versteckt, wer ihn da wohl deponiert hat?), und alles ist ganz anders als zu Hause, und das macht Stress. Die einen wollen schlafen, die anderen wollen quatschen, und Hannah will am liebsten, dass alles so ist wie immer, und kann nicht vorwärts und nicht zurück, und ist genervt. Und wenn Hannah genervt ist, ist das kein Spaß. Da gibt’s Streit. Die große Leistung dieses Abends: dass ich nichts damit zu tun habe. Und dass schließlich alle irgendwie schlafen. Und die Erkenntnis schon des ersten Abends: dass es für eine gute Zeit unter diesen Bedingungen mit Hannah und noch ein paar anderen mehr braucht als klare Regeln und guten Willen.

Am nächsten Morgen kommen einige der Mädchen aus Hannahs Zelt zu mir und machen mich sprachlos: Sie wollen ganz ehrlich und ganz pragmatisch wissen, warum Hannah manchmal so gar nicht verhandlungsbereit und so unnahbar ist, obwohl es doch eigentlich alle gut meinen. Ob ich ihnen Tipps geben, raten kann? Es wird also nach Lösungen gesucht. Das ist nicht selbstverständlich, und das stimmt mich sehr optimistisch. Nun bin ich kein guter Tochtererklärer, und ich kann den Blick der Mädchen, wie auch den Blick der anderen Betreuer*innen, die an dieser Dynamik sehr interessiert sind, nur darauf lenken: Letztlich eskalieren nicht die Menschen, sondern die Situationen. Und jede eskalierende Situation hat eine

Vorgeschichte, die (das gilt jedenfalls für Hannah) zu tun hat mit Unsicherheit, mit unklaren Anforderungen, mit Missverständnissen, mit Überforderung. Die vor allem aber damit zu tun hat, dass andere immer schneller sind. Die letztlich damit zu tun hat, dass der Rhythmus des Lebens meistens von einem Tempo bestimmt wird, das die Verlangsamung, die das Down-Syndrom mit sich bringt, nicht berücksichtigt. Eigentlich geht es also um ein globales Problem.

Dieses Ungleichgewicht in Tempo und Komplexität verlangt, man vergisst es schnell, von Menschen wie Hannah permanent eine enorme Anpassungsleistung. Die kostet Denkkapazität. Die kostet Aufmerksamkeit. Die kostet Kraft. Da bleibt manchmal nicht viel Energie übrig für Freundlichkeit.

Und dieses Ungleichgewicht verlangt im besten Falle auch, dass sich die Strukturen bewegen und an die Besonderheiten der Menschen anpassen, deren Uhren anders ticken. Das ist nicht leicht, das verlangt viel. Und es stellt eine der zentralen Fragen von Inklusion: Wer bestimmt den Takt und das Tempo?

Das Tempo einer großen Veranstaltung wie „Wanderzirkus“ lässt sich nicht einfach drosseln, das ist allen Beteiligten klar. Alle sind den ganzen Tag in vielerlei Aufgaben eingebunden. Was also kann getan werden, um Stress zu verringern, für Hannah und für andere? Wir ringen um ein praktikables Konzept. Rücksicht nehmen – das ist leicht gesagt und schwer getan. Und eigentlich geht es ja auch gar nicht um Rücksicht, sondern darum, Rahmenbedingungen zu schaffen, die bei aller Verschiedenheit allen eine gemeinsame Arbeit und eine gleichberechtigte Entfaltung erlauben. Es geht um die Bereitschaft, verschiedene Beschleunigungsgrade zu akzeptieren. Verschiedenheit zu akzeptieren. Vielleicht sogar Langsamkeit als Qualität zu begreifen.

Also geht es zunächst um Aufmerksamkeit, das ist schon mal was. Und dann sollte jemand das Radar anhaben und heikle Situationen sehen, am besten voraussehen. Sollte möglichst viel im Hintergrund bleiben, denn Autonomie fängt da an, wo Betreuung aufhört. Sollte Raum lassen und im richtigen Moment mit einer kleinen Hilfestellung zur Stelle sein. Denn Autonomie braucht auch Unterstützung. Sollte, wenn Stress aufkommt, mal sagen: „Moment, jetzt zählen wir erst mal alle bis drei und holen tief Luft, und dann fangen wir noch mal da an, wo der Stress angefangen hat.“ Sollte manchmal Entschleuniger sein, auf die Bremse treten. Manchmal Grenzen ziehen. Und meistens überflüssig sein. Also ein sehr widersprüchlicher Job, den wir uns teilen wollen: Ich bin das Radar, und Hannahs Zelteltern versuchen, da zu sein, wenn sie gebraucht werden. Eine der jugendlichen Trainer*innen ist bereit, besonders dicht bei Hannah zu sein. Die anderen Betreuer*innen sind aufmerksam. Wir treffen Verabredungen. Verabredungen sind wichtig, weil sie Unsicherheit vermeiden. Wir tauschen uns regelmäßig aus. Eigentlich alles keine großen Sachen. Aber sie müssen eben gedacht und gewollt und verabredet sein. Und es muss die Bereitschaft da sein, Strukturen und Gewohnheiten zu verändern und anzupassen.

Und wir treffen Verabredungen mit Hannah: Wo sie sich Unterstützung holen kann, in welchen Momenten sie besonders aufpassen muss, wie sie eine Pause und eine Auszeit einfordern kann, wenn sie es braucht. Wo sie ihre Ruhe finden kann. Dass sie sehr gebraucht wird mit ihrer Energie und ihrem Humor und ihrem Können.

Das alles betrifft vor allem die Strukturierung des Tagesablaufs, vom Wecken bis zum Einschlafen, und darüber hinaus. Das Zirkustraining ist für Hannah kein Problem. Wenn Springseil, Pois oder Diabolo ins Spiel kommen, ist Hannah auf sicherem Boden. Sie ist ehrgeizig, ist geschickt, ist mittendrin in ihren Gruppen und gleichberechtigte Partnerin. Sie bringt eine gute Vorbereitung mit. Die Trainer*innen wissen, was sie tun, fördern die Talente der Kinder geschickt und erarbeiten mit ihnen die Nummern und die Aufführung so, dass alle ihren Spaß haben, ihren Platz finden und im Rampenlicht glänzen können. Hut ab vor dieser Leistung. Donnernder Applaus in der Manege.

Und so gehen wir in die Tage und begleiten Hannah und begleiten die anderen. Es gibt in den zwei Wochen Wanderzirkus vier tolle Aufführungen vor voll besetztem Zelt, durchwachte Nächte im Orkan (inklusive Evakuierung in die Turnhalle), lange Abende im Küchenzelt, Gewitter mit kirschgroßen Hagelkörnern, eine hochanspruchsvolle Fahrradtour durch Schleswig-Holstein, Abbau und Aufbau des ganzen Camps, neue Freundschaften, großes Lampenfieber, morgendliches Wecken mit Geigenklang, lange Vorleseabende, Streitkonferenzen, Tränen und Lachen. Am letzten Abend findet der Wanderzirkus dann mit dem rituellen Lichterfest den ruhigsten und innigsten Abschluss, der sich denken lässt.

Hannah bleibt im Boot, macht ihren Job, nimmt sich ihre Auszeiten, genießt. Holt sich Hilfe und entwickelt eigene Lösungen. Fällt hin und steht wieder auf. Ist riesig stolz auf ihre Leistung, und das können auch alle anderen sein: Die Macher*innen von TriBühne, Eltern und Betreuer*innen, die jungen Artist*innen, die tollen Trainer*innen, das Küchenteam...

Am letzten Tag kommen die anderen Eltern, genießen eine Abschlussvorstellung, veranstalten ein Riesenbuffet, bauen das Camp und das Zelt ab und verladen alles, bis zum „letzten Nagel“.

Dass Inklusion nicht im Zentrum dieser Reise stand, und trotzdem ihren erklärten Raum hatte und ihre Strukturen finden konnte, ist für mich immer noch das Atemberaubende.

Für eine glückliche Hannah jedenfalls ist eins schon mal klar: In zwei Jahren ist sie wieder dabei beim Wanderzirkus von TriBühne.

Hat das Zirkusprojekt „Regenbogen“ eine Zukunft?

Dr. des. Alfred Röhm (stellvertretender wissenschaftlicher Leiter der Aufmerksamkeitsstudie der Universität Hamburg), Hamburg, 29.07.2016.

Seit Oktober 2012 gibt es uns, das Projekt „Zirkus Regenbogen“ (Röhm 2013, 2014, 2015).

Warum gerade Zirkus? Antwort: Unsere Untersuchungen zu der Frage, wie sich das dritte Chromosom Nummer 21 auf das Lernen auswirkt, haben ergeben, dass mindestens ein Drittel der Ursachen für Lernschwierigkeiten in den Besonderheiten der motorischen und körperlichen Entwicklung zu finden sind. Ein weiteres Drittel der Genexpression des verdreifachten Chromosoms betrifft die emotional-soziale Entwicklung. Nur das restliche Drittel wirkt sich über den Aufmerksamkeitsumfang und über das Ultrakurzzeitgedächtnis direkt auf das Lernen aus. Soweit unsere Ergebnisse aus der Perspektive der Grundlagenforschung (Zimpel 2016).
Was bedeutet das jedoch in der Praxis? Wie sind diese Besonderheiten miteinander verknüpft, wie beeinflussen sie sich gegenseitig und welche pädagogischen Ideen sind daraus abzuleiten? Um Antworten auf diese Fragen zu finden, führt unser Förderverein ASK e.V. in Kooperation mit der Universität Hamburg das von der Aktion Mensch geförderte Projekt „Zirkus Regenbogen“ durch.

Dieses Projekt ist seit Dezember 2014 Teil des an der Universität Hamburg gegründeten Zentrums für Aufmerksamkeitsbesonderheiten (ZAB). Die Erfahrungen aus dem Zirkusprojekt und aus dem Zentrum sowie der Studie zur Verbesserung des Lernerfolgs von Menschen mit Trisomie 21 (gefördert von der Hermann Reemtsma Stiftung) führten uns zu folgender Erkenntnis: Unterstützung und Aufklärungsarbeit ist dringend notwendig. Das gilt sowohl für Personen mit Trisomie 21 selbst als auch für deren Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen sowie für Ärztinnen und Ärzte. Zu diesem Zweck will unser Förderverein ASK e.V., der inzwischen als Träger der freien Jugendhilfe Hamburg anerkannt ist, in enger Kooperation mit Frau Dr. med. Ingwersen (Kinder- und Jugendpsychiaterin) eine

Stelle für Entwicklungs- und Lernberatung (ELB)

an der Universität Hamburg gründen. Hierbei setzen wir natürlich auch auf die Erfahrungen und die enge Zusammenarbeit mit KIDS Hamburg e.V.

Die Gründung einer solchen Beratungsstelle benötigt eine Kostenkalkulation.
Dafür wäre es für uns sehr wichtig zu erfahren, wie groß das prinzipielle Interesse an einer solchen Beratungsstelle wäre, die neben Diagnostik, Beratung und Einzelförderung auch Gruppenprojekte wie das Zirkusprojekt beinhalten würde.
Dazu wäre es für uns sehr hilfreich, wenn Leserinnen und Leser dieses Artikels unverbindlich ihr prinzipielles Interesse an der Gründung eines solchen Beratungs- und Förderungszentrums über folgende E-Mail-Adresse ausdrücken würden:

ask.erzwiss@uni-hamburg.de

Da die Aktion-Mensch-Unterstützung des Zirkusprojekts im Februar 2017 endet, würde die Etablierung einer solchen Beratungsstelle auch dem Fortgang des Zirkusprojekts zugutekommen.

Was haben wir in diesen dreieinhalb Jahren erreicht?

Die Artistinnen und Artisten mit Trisomie 21 verbesserten ihre motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen. Zum Beispiel haben sie Fertigkeiten wie das Jonglieren oder das Einrad fahren, das Einhalten und Planen von Abläufen, Frustrationstoleranz und einander zu helfen gelernt bzw. geübt.
Wir haben von den Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Trisomie 21 gelernt, wie sie ihre motorischen Einschränkungen mit Erfolg ausgleichen und Höchstleistung erbringen; wie sie trotz emotionaler Besonderheiten Impulskontrolle entwickeln und sich trotz des eingeschränkten Aufmerksamkeitsumfangs einen Überblick über das Gesamtprogramm verschaffen.

Lohnt es sich nun, über eine Weiterführung dieses Projektes in anderer Form nachzudenken?

Alle 14 Artistinnen und Artisten würden gerne weitertrainieren (das Interesse für dieses Projekt zeigt sich außerdem an vielen Neuanmeldungen). Für die meisten unter Ihnen besteht ein wichtiges, wenn nicht sogar das Hauptmotiv darin, erfolgreich Neues zu lernen und ihr gelerntes Können auf einer Bühne unter Beweis zu stellen. Die letzte große Aufführung fand am 5. Juni 2016 im Zirkuszelt im Schanzenpark statt. Die Artistinnen und Artisten mit Trisomie 21 formulieren ihr Interesse am Zirkus Regenbogen in einer Befragung durch eine Mitarbeiterin folgendermaßen:

Julian: Ich liebe die Akrobatik und wünsche mir, bei den Pyramiden mitmachen zu können.

Florian: Zirkus macht Spaß: mit Ezgi die Jonglage und auch der Handstand. >

Levino: Ich kann zu Musik tanzen und mit Bällen jonglieren.

Emilio: Ich gehe gern zum Zirkus, weil alle so gut sind und ich Teller drehen gelernt habe.

Careem: Ich gehe gern zum Zirkus, weil ich gerne jongliere und Akrobatik mache. Ich kann hier wie ein Pirat einen Purzelbaum machen.

Raul: Ich finde den Zirkus toll, weil die Menschen so toll sind.

Svenja: Ich finde es toll, Einrad mit Clara geübt zu haben und Teller drehen zu können. Ich finde ganz toll, dass ich was Neues mit den Keulen geübt habe.

Paul: Ich mag besonders die Auftritte vom Zirkus, dass ich was Neues machen kann, dass jeder so sein kann wie er will, dass mich alle sehen können und dass ich zwei beste Freunde gefunden habe.

Wir wissen heute aufgrund der Imitationsstudie (Röhm 2016), dass Menschen mit Trisomie 21 aufgrund ihres kleineren Aufmerksamkeitsumfanges bei zunehmend komplexeren Handlungen mehr leisten als Menschen ohne Syndrom. Während diese Mehrleistung von Menschen mit Trisomie 21 beispielsweise in Italien, Spanien, Irland, Israel, Japan, Kanada und Amerika eine erste Anerkennung erfährt, bleibt sie in Deutschland noch immer weitestgehend unbeachtet.

Beispiel: Prof. Dr. Ziemen der Universität Köln berichtet von Gaby, einer 17-jährigen Schülerin mit Trisomie 21, welche zum Schuljahresende kein benotetes Zeugnis erhielt, obwohl ihre Tests und Klausuren über das Jahr hin benotet worden sind (Ziemen 2013). Auch das Einschalten der Bezirksregierung brachte keine Unterstützung. Die Schule weigerte sich, ihre Leistungen in Form eines Notenzeugnisses zu bewerten. Begründung: Die Leistungen seien nicht vergleichbar mit denen der Schülerinnen und Schüler der Klasse: „Gaby sei praktisch bildbar und nicht geistig bildbar“ (ebenda).

Obwohl in Deutschland 2009 die UN-Behindertenrechtskonvention in Kraft getreten ist, setzt man sich hier viel zu wenig für einen adäquaten Nachteilsausgleich ein. Das Problem besteht nach wie vor darin, dass Menschen mit Trisomie 21 durch absprechendes Verhalten in die Falle isolierender Bedingungen geraten. Hierzulande gelten Menschen mit Trisomie 21 schon als geistig behindert, bevor sie auf die Welt kommen. Unsere Studien zeigen, dass es sich dabei nicht selten um sich selbst erfüllende Prophezeiungen handelt.

Der Förderverein ASK e.V. setzt sich für einen Nachteilsausgleich der durch Trisomie 21 bedingten Besonderheiten in der körperlich-motorischen, emotional-

sozialen und in der kognitiven Entwicklung ein. Damit wollen wir erreichen, dass die Potenziale von Menschen mit Trisomie 21 in unserer Gesellschaft mehr zur Geltung kommen und dass sich diese Potenziale dadurch besser entfalten können.
In unseren Förderangeboten findet dieses Anliegen bereits seine Realisierung, zum Beispiel indem wir ihren verkleinerten Aufmerksamkeitsumfang beim Lernen berücksichtigen. Im Zirkusprojekt beispielsweise lernen die Artistinnen und Artisten sich selbst immer besser einzuschätzen und erfahren anhand der eigenen Selbstwirksamkeit, dass sie zu mehr in der Lage sind, als ihnen in der Regel zugetraut wird. Diese Erfahrung bedeutet weit mehr, als ein verbaler Zuspruch, Applaus oder Belohnungen anderer Art. Für ein autonomes Leben und ein gesundes Selbstvertrauen sind solche kompetenzzusprechenden Erlebnisse unverzichtbar. Deshalb sehen wir in diesem Projekt eine bedeutende Eingliederungsmaßnahme, auf welche Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Trisomie 21 – wie wir finden – einen rechtlichen Anspruch haben sollten. So legen wir zumindest das SGB aus.

Abgesehen vom Zirkusprojekt bietet der Förderverein e.V. seit 2014 über das ZAB Förderung, Beratung, Therapie und Weiterbildung zur Unterstützung der motorischen, emotionalen und kognitiven Entwicklung an. Dies findet in Form von Frühförderung, psychomotorischer Förderung zur sensorischen Integration, Spieltherapie, Lernförderung, Entwicklungsberatung, Supervision oder Gutachtenerstellung statt. Das grundsätzliche Ziel besteht in der Förderung der Stärken und im Ausgleich der Schwächen gemäß § 53 SGB XII, und § 35a SGB VIII (Eingliederungshilfe) und § 27 SGB VIII (Hilfe zur Erziehung). Neben der Trisomie 21 finden außerdem auch andere Diagnosen wie ASS (Autismus-Spektrum-Störung), WBS (Williams-Beuren-Syndrom), ADHS/ADS (Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom), FASD (Fetales-Alkoholspektrum-Syndrom), GTS (Gilles-de-la-Tourette-Syndrom), Epilepsie, Morbus Parkinson und Infantile Zerebralparese Berücksichtigung.

Derzeit planen wir für ELB (Entwicklungs- und Lernberatung) über Einzelförderungsangebote hinaus auch folgende Gruppenangebote:

Impulskontrolle, Handlungsplanung und Bewegungssteuerung (Fortsetzung des Zirkusprojektes Regenbogen)
Das Projekt fördert die motorische und kognitive Entwicklung, die Selbstbestimmung, die Überwindung der eigenen Grenzen, die damit verbundene Selbsteinschätzung sowie das kooperative Handeln. Beim Zirkus Regenbogen trainieren derzeit ca. 15 Artistinnen und Artisten mit Trisomie 21 im Alter von circa 10–27 Jahren im Team mit Studierenden der Universität Hamburg. Im Angebot ist enthalten: Jonglage, Diabolo, Devil Stick, Laufkugel, Bärenrolle, Einrad, Kunstrad, Rola Bola, Akrobatik, Pyramiden und Trapez.

Lesen
Der Gruppenkurs Lesen arbeitet mit der Ganzwortmethode, die sich besonders für Vorschulkinder mit Trisomie 21 eignet. Die Kinder lernen wöchentlich anhand von individualisiertem Lernmaterial Ganzwörter aus ihrem Interessensbereich. Mit dem Ziel, die Sprachentwicklung zu fördern und einen erleichterten Einstieg in den Unterricht an der Grundschule zu ermöglichen, werden darüber hinaus erste Texte gelesen und Buchstaben benannt.

Psychomotorische und sensorische Integration
Im Gruppenkurs sensorische Integration erschließen sich Lernende mit Trisomie 21 den eigenen Körper über die Entwicklung der Tiefensensibilität, die eine Steuerung von Körperfunktionen erleichtert, bewusst werden lässt und das Selbstbewusstsein fördert. Dabei soll das Gefühl für den eigenen Körper verbessert und trainiert werden.

Mathematik
Im Gruppenkurs Mathematik erschließen sich Schulkinder mit Trisomie 21 mathematische Inhalte. Unter Einsatz von Lernmaterialien und -methoden, die speziell für Lernende mit Trisomie 21 entwickelt wurden, wird neben der Zahlbegriffsentwicklung auch die Fähigkeit zur Zerlegung von Zahlen und zur Addition und Subtraktion gefördert.

Kognitive Entwicklung, verbales, bildliches und abstraktes Denken
Im Gruppenkurs Logik erschließen sich Lernende mit Trisomie 21 verschiedene logische Operatoren, die das Denken erleichtern, beschleunigen und schärfen. Das Sinnverständnis für Zeit, Geld und andere Maße soll dabei vermittelt und geübt werden.

Kommunikation und Sozialverhalten
Im Gruppenkurs Kommunikation erschließen sich Lernende mit Trisomie 21 verschiedene Ebenen von Mitteilungen. Anhand von geeigneten Lernmethoden wird das Verständnis für die Inhalts-, Beziehungs-, Appell- und Selbstoffenbarungsseite des Informationsaustauschs zwischen Sendenden und Empfangenden vermittelt und geübt.

Da wir seit diesem Jahr anerkannter Träger der freien Jugendhilfe sind, können unsere Beratungs-, Förder- und Therapieangebote über die Eingliederungshilfe bei den zuständigen Jugendhilfe-Ämtern beantragt werden. In Absprache mit Frau Dr. Ingwersen kann geprüft werden, ob die Leistungen über Ihre Krankenkasse abgerechnet werden können. Bei Interesse wenden Sie sich gerne an den Förderverein ASK e.V. , ask.erzwiss@uni-hamburg.de

Literatur:

Röhm, A. (2013): Premiere des Zirkus Regenbogen am 1. Juni 2013 im Schanzenpark. KIDS, 28, S. 30-33.
Röhm, A. (2014): Zirkus Regenbogen – ein zweites Mal auf der Bühne. KIDS, 30, S. 38-41.
Röhm, A. (2015): Zirkus Regenbogen im Schanzenpark. KIDS, 32, S. 46 – 47.
Röhm, A. (2016): Imitation und Bewegungslernen. In: Zimpel, A. F. (2016): Trisomie 21. Was wir von Menschen mit Down-Syndrom lernen können. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. S. 140-152.
Ziemen, K. (2013): Kompetenz für Inklusion. Inklusive Ansätze in der Praxis umsetzen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
Zimpel, A. F. (2016): Trisomie 21. Was wir von Menschen mit Down-Syndrom lernen können. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

KIDS Hamburg e.V.
Heinrich-Hertz-Str. 72 – 22085 Hamburg

an

Herrn Senator Ties Rabe
Behörde für Schule und Berufsbildung
Hamburger Straße 31
22083 Hamburg

Hamburg, 18.07.16

Offener Brief

Inklusive Bedingungen für SchülerInnen mit Trisomie 21 an allgemeinen Schulen schaffen

Sehr geehrter Herr Senator Rabe,

die Handlungsgrundlage der Arbeit des Vereins KIDS Hamburg e. V. Kontakt- und Informationszentrum Down-Syndrom ist in der Präambel der Satzung festgeschrieben:
„KIDS Hamburg e.V. fühlt sich dem Gedanken der Inklusion verpflichtet und setzt sich dafür ein, dass die Lebensbedingungen von Menschen mit Down-Syndrom (Trisomie 21) entsprechend gestaltet werden. Das Konzept der Inklusion, welches auch in der UN-Behindertenrechtskonvention zum Ausdruck kommt, geht über die aktuell vorherrschenden integrativen Ansätze weit hinaus. Hier werden Individuen als wahrhaft gleichwertig verstanden, sie können sich ihrer Eigenart entsprechend in die Gesellschaft einbringen, ohne dass eine – von allen zu erreichende – Normalität vorausgesetzt würde. Behinderung ist in diesem Kontext nicht länger etwas Besonderes, sondern „normaler" Ausdruck von Vielfalt, die KIDS Hamburg e.V. begrüßt und bejaht."

2009 haben wir die Änderung des Hamburger Schulgesetzes begrüßt. Wir haben uns einen weiteren positiven Effekt für die Teilhabe von SchülerInnen mit Trisomie 21 an Regelschulen erhofft. 2016 sieht die Realität jedoch anders aus. Eine Entwicklung, die uns Sorgen bereitet. Leider gibt es in Hamburg noch immer nur einzelne wenige positive Beispiele gelungener schulischer Teilhabe von SchülerInnen mit Trisomie 21.
Dem allgemeinen Schulsystem in Hamburg mangelt es an inklusiven Bedingungen. Dies kommt in ungenügender Ausstattung, unzureichend qualifizierten PädagogInnen und fehlenden inklusiven Strukturen zum Ausdruck.

Als Folge melden viele Eltern ihre Kinder mit Trisomie 21 gar nicht erst an allgemeinen Schulen an bzw. nehmen ihre Kinder zunehmend wieder aus den allgemeinen Schulen heraus. Sie wollen und ertragen es nicht, dass Konflikte des Hamburger Schulsystems auf den Schultern ihrer Kinder ausgetragen werden.

In unseren Gesprächen mit Eltern zum Thema Schule kristallisieren sich wiederkehrende Themen heraus. Die hier dargestellten Bereiche wurden ausgewählt, weil sie aus unserer Sicht exemplarisch sind und die Situation genau beschreiben.

Eltern erleben,
- *dass nur an wenigen allgemeinen Schulen eine Willkommenskultur existiert,*
- *dass allgemeine Schulen SchülerInnen mit Trisomie 21 im laufenden Schuljahr abgeschult oder von vornherein abgelehnt haben. Dies darf nicht sein!*
- *dass ihre Kinder mit Trisomie 21 von wohnortnahen oder von ihnen aus besonderen Gründen ausgewählten allgemeinen Schulen abgelehnt werden,*
- *dass allgemeine Schulen in vielen Aspekten schlechter ausgestattet sind als Sonderschulen,*
- *dass grundlegende Kommunikations- und Lernbesonderheiten von Menschen mit Trisomie 21 (z. B. Beziehungsorientierung, Gebärden unterstützte Kommunikation, Imitation, Visualisierung) in den Schulen selten oder gar nicht berücksichtigt werden,*
- *dass der Bildungsanspruch von SchülerInnen mit Trisomie 21 häufig ignoriert wird. Allgemeine Lehrpläne sollen auch für SchülerInnen mit Trisomie 21 gelten!*
- *dass auch an integrationserfahrenen Schulstandorten Lernmaterialien für den Fachunterricht fehlen,*
- *dass es an geeigneter Wertschätzung der Leistungen der SchülerInnen mit Trisomie 21 fehlt,*
- *dass viele SchülerInnen mit Trisomie 21 aufgrund fehlender inklusiver Strukturen und wertschätzender Umgangsformen (Willkommenskultur) Verhaltensauffälligkeiten entwickeln, die nicht im Syndrom begründet sind,*
- *dass Eltern als Vertrauens- und Bezugspersonen sowie als Experten für ihr Kind oft zu wenig wahr genommen und in Prozesse einbezogen werden. Viele Eltern fühlen sich im alltäglichen Kampf um Teilhabe ihrer Kinder mit Trisomie 21 in den Regelschulen regelrecht zermürbt.*
- *dass die unzureichende Anbindung von Therapien (Physio-, Ergo-, Logopädie) und Pflege in allgemeinen Schulen Eltern und SchülerInnen zusätzlich belastet,*
- *dass SchülerInnen mit Trisomie 21 mit ihren speziellen Bedürfnissen bei außerschulischen Aktivitäten oft nicht mitgedacht werden (z. B. bei Projekten, Ausflügen, Klassenfahrten, Praktika, Berufsorientierung),*
- *dass das vor kurzem eingeführte System der Schulbegleitung und der derzeitige Einsatz der SchulbegleiterInnen zu Abhängigkeit führen, Teilhabe verhindern und dem Gedanken der Inklusion widersprechen,*
- *dass SchulbegleiterInnen kein günstiger Ersatz für qualifizierte PädagogInnen sein können,*
- *dass die in der Integration gesammelten Erfahrungen oft selbst an den ausgewählten Schwerpunktschulen nicht gesichert und weiter vermittelt worden sind,*
- *dass gerade junge LehrerInnen auf SchülerInnen mit Trisomie 21 nicht ausreichend vorbereitet zu sein scheinen,*
- *dass der individuelle Unterstützungsbedarf eines Kindes mit Trisomie 21 nicht ausreichend berücksichtigt wird. Jedes Kind muss die Unterstützung bekommen, die es tatsächlich braucht. Kinder mit Trisomie 21 brauchen keine zusätzliche Diagnostik. Bei Mehrbedarf muss es unkompliziert möglich sein, zusätzliche pädagogische Kapazitäten zur Verfügung zu stellen. Um eine mögliche Diskussion um zusätzliche Minuten zu vermeiden halten wir eine pauschale Lösung, wie z. B. das 2-PädagogInnen-Modell für sinnvoll.*

Menschen mit Trisomie 21 sind einzigartige Persönlichkeiten, die unter mehr oder weniger erschwerten Bedingungen in der Schule und in allen anderen Lebensbereichen jeden Tag große Leistungen vollbringen. Menschen mit Trisomie 21 haben uns in den vergangenen Jahren gezeigt, welche Entwicklung sie machen können, vorausgesetzt die Bedingungen stimmen. Wir wünschen uns für unsere Kinder, dass die Schublade, in die Menschen mit Trisomie 21 noch immer gern geschoben werden, für immer geschlossen und durch eine individuelle Betrachtung ersetzt wird.

Es darf sechs Jahre nach in Kraft treten der UN-Behindertenrechtskonvention nicht mehr eine Frage des Zufalls oder des Engagements einzelner Personen in Hamburg sein, ob das gemeinsame Lernen an einer allgemeinen Schule gelingt.

Wir wünschen uns von Ihnen, dass Sie weitere Schritte auf dem Weg zur Schaffung inklusiver Strukturen an unseren allgemeinen Schulen unternehmen, die ein qualitativ hochwertiges und damit für Eltern und SchülerInnen attraktives allgemeines Schulangebot zum Ziel haben.

Auf diesem Weg möchten wir gern unsere langjährige Expertise zur Verfügung stellen. KIDS Hamburg e. V. bietet vielfältige Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch, der Vernetzung und der fachlichen Beratung. KIDS Hamburg e. V. veranstaltet themenbezogene Fortbildungsveranstaltungen, Informationsveranstaltungen und Schulungen. Die vereinseigene Bibliothek bietet eine umfangreiche Auswahl an Fach- und Kinderbüchern rund um das Thema Trisomie 21.

Wir wünschen uns eine enge Verzahnung unserer Angebote mit den Angeboten des LI. Wir empfehlen außerdem die Einrichtung einer Beratungsstelle zum Thema Trisomie 21 (analog Autismus). Schwerpunkte der Arbeit der Beratungsstelle könnten u. a. sein:
- *Unterstützung künftiger PädagogInnen bereits während der Ausbildung,*
- *Angebot spezieller Fortbildungen zum Thema Trisomie 21 (z. B. Themen wie unterstützte Kommunikation, Umgang mit herausforderndem Verhalten),*
- *Schul- und SchülerInnenfortbildungen zum Thema Trisomie 21,*
- *Entwicklung engerer Kooperationsstrukturen ab Kita bis Berufsschule,*
- *Beratung von Schulen und Eltern (z. B. bei Wahl einer Schule, in Konflikten),*
- *Vermittlung und Verbreitung neuer Erkenntnisse aus Wissenschaft und Forschung.*

Wir hoffen, damit unseren Beitrag auf dem weiteren Weg zur inklusiven Schule in Hamburg leisten zu können und würden hierüber gern mit Ihnen ins Gespräch kommen. Ansprechpartner für KIDS Hamburg e.V. sind

Babette Radke
Beisitzerin im Vorstand von KIDS Hamburg e.V.
Telefon 040 22 96 426

Jenny Preiß
Mitglied von KIDS Hamburg e.V.
Mobil 0176 25 44 76 08

Mit freundlichen Grüßen

Unterschrift
Babette Radke
Beisitzerin

Unterschrift
Jenny Preiß
Mitglied

Regine Sahling
Geschäftsführung

Meine Ausbildung bei der Alsterarbeit

Von Sean Ahrens

Meine Arbeit ist am Alsterdorfer Markt in einem Bäckerladen. Manchmal arbeite ich vorne an der Kaffeemaschine.

Ich verkaufe Brot, Kuchen, Kekse, große Cokies und Brötchen. Briefmarken, Karten und Kerzen kann man auch kaufen.

Ich bediene auch die Kasse und kassiere das Geld und gebe Rückgeld raus.

Ich arbeite auch im Service.

Das ist Geschirr wegräumen von den Tischen und in die Geschirrspülmaschine einräumen.

Die Tische die drinnen und draußen stehen wische ich sauber. Geschirr in die Schränke einräumen, Besteck vorbereiten und in Servietten wickeln.

Zucker, Milch und Kakaopulver auffüllen.

Die Tische werden mit Blumen und Deckchen geschmückt.

Die Blumen werden vom Blumenladen geliefert.

Hinten in der Küche backen wir Kuchen und Kekse und bereiten Toast-Hawai und Strammer-Max zu.

Es gibt kleine und große Kekse und viele Sorten Kuchen: Apfelkuchen, Kirschkuchen, Mandel-Aprikosenkuchen, Schokokuchen, Mohnkuchen, Käsekuchen.

Die Zutaten zum Backen kaufen wir selber ein. Der gebackene Kuchen wird im Kühlschrank im Keller gelagert.

Wir backen jeden Tag frisch.

Unsere Arbeitskleidung bringen wir zum Waschen in die Wäscherei. Den Müll bringen wir zu den Mülltonnen. Wir sortieren den Müll nach gelber Sack, Glas, Papier, Bio und Restmüll.

Ich arbeite von acht Uhr bis fünfzehn Uhr.
Manchmal arbeite ich auch im Spätdienst.

Ich arbeite sehr gerne und habe auch nette Kollegen und Chefs.

Experiment gewagt und geglückt

Von Peter Esser

Albin Hofmayer lebt mit dem Down-Syndrom und ist als Bundesfreiwilligendienstleistender Caritas-Zentrum St. Vinzenz engagiert.

Albin Hofmayer (26) ist ein vielseitig interessierter und engagierter Mensch. Über die neuesten Einkäufe des FC Bayern weiß er bestens Bescheid. Er fährt Ski, klettert, läuft gerne die 100-Meterstrecke, liebt Weitsprung und ist Athletensprecher beim Special Olympics Landesverband Bayern. Und seit einem Jahr ist der junge Mann mit Down-Syndrom Bundesfreiwilligendienstleistender im Caritas-Zentrum St. Vinzenz in Ingolstadt. Anders als üblich leistet er diesen nicht ein Jahr lang in Vollzeit, sondern zwei Jahre lang in Teilzeit.

Geregelter Tagesablauf wichtig

„Es war ein durchaus gewagtes Experiment, und wir wussten am Anfang nicht, was da auf uns zukommt“, erklärt die Leiterin der Offenen Behindertenarbeit (OBA) der Einrichtung, Cornelia Eichlinger. Und sie gibt auch zu, dass am Anfang erst ein Weg gefunden werden musste, der sich sowohl für Albin als auch das Caritas-Zentrum als hilfreich und nützlich erwies. Dafür stellte sich heraus, „dass er vor allem einen Arbeitsplatz mit geregeltem Tagesablauf braucht“, so die Caritasmitarbeiterin. In der OBA mit sehr verschiedenen Tätigkeiten und flexiblen Zeiten war das, wie sich zeigte, nur schwer möglich. Viel besser gelingt dies in der Kinderkrippe „Vinzlinge“ und in der Wäscherei des Wohnheims für Erwachsene mit Behinderung „St Anna“, wo Albin seit einigen Monaten eingesetzt ist. In der Wäscherei legt er zweimal in der Woche Kleider und Handtücher zusammen. In der Kinderkrippe – in die Kinder mit und ohne Behinderung gehen – engagiert er sich vor allem in der Betreuung. „Am liebsten füttere ich die Kinder oder bringe sie zum Schlafen, und ich freue mich, wenn ich sie zum Lachen bringe“, erzählt Albin schmunzelnd. Und als einzigem Mann im Betreuungsteam ist es ihm oft vorbehalten, einen Kinderwagen mit sechs Sitzen zu schieben, „denn hierfür wird ein starker Typ gebraucht“, meint er selbstbewusst.

Für andere liegt seine Qualität freilich mehr in der besonderen Sensibilität, die der Mann mit Behinderung einbringt: „Man merkt, dass Albin sehr gut auf die Kinder eingehen kann“, schätzt Cornelia Eichlinger an ihm und seiner Tätigkeit in der Krippe. Sie ergänzt: „Es ist zudem positiv, dass auch durch Albin die Kleinen schon von frühester Kindheit an mit dem Thema Behinderung konfrontiert werden. Das haben zudem die Eltern der Kinder sehr gut angenommen.“ Neben der Betreuung engagiert sich der Bundesfreiwilligendienstleistende in der Küche der Kinderkrippe. Nach dem Besuch einer Förderschule mit Hauptschulabschluss war er an einer Hauswirtschaftsschule gewesen. Nach wie vor ist sein Traum, später einmal als Koch zu arbeiten.

Mitarbeit im Sinne der Inklusion

Auch in der Küche der Kinderkrippe des Caritas-Zentrums St. Vinzenz ist der junge Mann mit Down-Syndrom tätig. Trotz des ausgeprägten Selbstbewusstseins weiß Albin auch um seine Schwächen. „Mir ist klar, dass ich manchmal etwas langsam bin. Ich werde versuchen, einiges zu beschleunigen“, zeigt er sich ehrgeizig. Cornelia Eichlinger freut sich, dass der junge Mann motiviert bei der Sache ist. Für sie steht bereits fest, „dass wir nach seinem Engagement wieder versuchen werden, einen Menschen mit Behinderung als Bundesfreiwilligendienstleistenden zu bekommen“. Denn Menschen mit Handicaps sollten aus ihrer Sicht nicht nur die Chance erhalten, bestmöglich betreut zu werden, sondern – im Sinne der Inklusion – auch zur Mitarbeit.

Dieser Beitrag erschien zuerst in Sozialcourage, Ausgabe Eichstätt, 4/2015. Wir danken der Redaktion und dem Autor herzlich für die Erteilung der Abdruckgenehmigung.

Praktikum von Timo Hampel in der Buchhandlung Christiansen

von Andreas Mahr von der Buchhandlung Christiansen

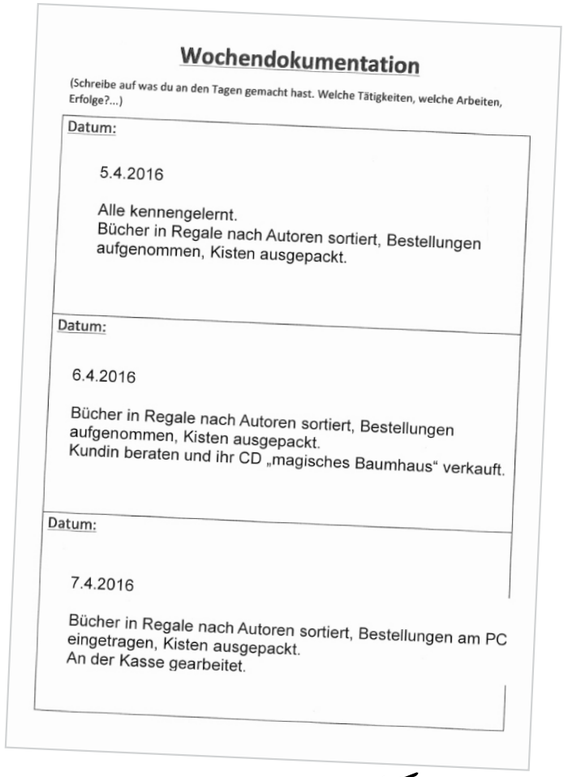
Timo Hampel (19 Jahre) hat bei uns in der Buchhandlung im April ein zweiwöchiges Praktikum absolviert.

Auf sein eigenes Bestreben hin, hat sich Timo bei uns für ein Praktikum beworben und kam selbst, in Begleitung eines Lehrers vorbei. Wir kennen und mögen Timo schon seit Jahren und wir waren sehr angetan von seiner Initiative. Natürlich hatten wir auch Bedenken, ob es mit ihm im betrieblichen Ablauf, als Kollege, ebenso gut klappen würde, wie als Kunde. Wir wussten nicht, wo Timos Stärken und Schwächen sind, aber aufgrund seiner uns bekannten Persönlichkeit wollten wir es gern probieren. Und eines sei vorweg verraten – es hat sich gelohnt!

Timo startete sein Praktikum pünktlich am Montagmorgen und war gleich dabei die Kundenbestellungen zu bearbeiten, die Pakete mit den Büchern der Verlage auszupacken und Rechnungen zu buchen. Gerade bei dieser letzten Tätigkeit hat er seine Qualitäten gezeigt. Wir haben regelmäßig Schulpraktikanten, mit denen wir am Computer einige Arbeiten durchführen, aber ich habe selten einen Praktikanten erlebt, der sich die einzelnen Arbeitsschritte so gut merken konnte wie Timo. Ebenso die anderen Aufgaben, wie Bücher sortieren und diese in die Regale einzuräumen, oder Pakete auf ihren richtigen Inhalt zu kontrollieren, absolvierte er mit großem Engagement.

Daneben war Timos Herzlichkeit ein großer Pluspunkt. Manchmal musste man ihn daran erinnern, dass er in offizieller Funktion in der Buchhandlung ist und für kuscheln jetzt keine Zeit ist. Doch das war für ihn kein Problem. Insbesondere an der Kasse zeigte sich der ausgeprägte Servicegedanke bei ihm. Er begrüßte jeden Kunden sehr freundlich und zuvorkommend und teilweise sogar mit Handschlag. Die Reaktion der Kunden war immer positiv, vielleicht manchmal überrascht, aber jeder verließ den Laden mit einem Lächeln. Auch im Verkaufsgespräch konnte Timo Erfolge verzeichnen. Eine Kundin war so überzeugt von seiner Expertise, dass sie sofort die empfohlene CD (Das magische Baumhaus – Das beste Fußballspiel aller Zeiten) kaufte.

Wir freuten uns jeden Tag auf Timo und ich glaube auch er sich auf uns. Wir waren auch ein bisschen traurig, als die zwei Wochen endeten. Aber Timo bleibt uns zum Glück als Kunde und Freund erhalten.



Wochendokumentation

(Schreibe auf was du an den Tagen gemacht hast. Welche Tätigkeiten, welche Arbeiten, Erfolge?...)

Datum:

5.4.2016

Alle kennengelernt.
Bücher in Regale nach Autoren sortiert, Bestellungen aufgenommen, Kisten ausgepackt.

Datum:

6.4.2016

Bücher in Regale nach Autoren sortiert, Bestellungen aufgenommen, Kisten ausgepackt.
Kundin beraten und ihr CD „magisches Baumhaus“ verkauft.

Datum:

7.4.2016

Bücher in Regale nach Autoren sortiert, Bestellungen am PC eingetragen, Kisten ausgepackt.
An der Kasse gearbeitet.

Oben: Auszug aus Timo's Dokumentation

Inklusion – gemeinsames Ziel und gesamtgesellschaftliche Aufgabe

Bundesteilhabegesetz

Von Regine Sahling

Das Bundesteilhabegesetz (BTHG) gilt als wichtigstes behindertenpolitisches Reformvorhaben dieser Legislaturperiode. Das Bundeskabinett hat einen Gesetzentwurf zum BTHG Ende Juni 2016 beschlossen, der einige Verbesserungen im Vergleich zum Referentenentwurf enthält. Trotzdem stößt der bei Redaktionsschluss vorliegende Gesetzentwurf bei zahlreichen Behindertenverbänden auf Wiederspruch. Die Enttäuschung ist nach dem umfangreichen Beteiligungsverfahren der Betroffenen und Verbände in der „Arbeitsgruppe Bundesteilhabegesetz“ besonders groß. Der Deutsche Behindertenrat bezeichnet den Entwurf für das BTHG in seiner Pressemeldung vom 27.6.2016 als mangelhaft. Das Verbändebündnis von Deutschem Behindertenrat, Die Fachverbände für Menschen mit Behinderung, Der Paritätische Gesamtverband, Deutsches Rotes Kreuz und DGB fordert am 27.6.2016 dringend Nachbesserungen beim BTHG. Es hebt hervor, dass

- die geplanten Einschränkungen des leistungsberechtigten Personenkreises inakzeptabel sind,
- die sich aus dem Entwurf ergebenden Leistungsausschlüsse oder Einschränkungen unvertretbar sind,
- die geplanten Regelungen für die Einkommens- und Vermögensanrechnung nachzubessern sind,
- die grundsätzliche Vorrangigkeit von Pflege vor Eingliederungshilfe im BTHG eine massive Verschlechterung für die Betroffenen darstellt und
- der Grundsatz „ambulant vor stationär“, der bislang im SGB XII gilt, seiner Zielsetzung nach ins SGB IX übernommen werden und das Verfahrensrecht für alle Rehabilitationsträger gleichermaßen verbindlich werden muss.

Das Verbändebündnis nimmt außerdem weiterhin auf die sechs gemeinsamen Kernforderungen zum Bundesteilhabegesetz Bezug, die es zum Referentenentwurf vom 26.4.2016 formuliert hat:

- Wir fordern, für mehr Selbstbestimmung die Wunsch- und Wahlrechte von Menschen mit Behinderungen zu stärken und nicht einzuschränken.
- Wir fordern, Einkommen und Vermögen nicht mehr heranzuziehen.
- Wir sagen NEIN zu Leistungskürzungen und -einschränkungen.
- Wir fordern ein Verfahrensrecht, das Leistungen zügig, abgestimmt und wie aus einer Hand für Betroffene ermöglicht und nicht hinter erreichte SGB IX-Gesetzesstandards zurückfällt.
- Wir fordern mehr Teilhabe- und Wahlmöglichkeiten im Arbeitsleben.
- Wir fordern, Betroffenenrechte nicht indirekt, z.B. über schlechte finanzielle und vertragliche Rahmenbedingungen für Anbieter, zu beschneiden.

Das BTHG soll den modernen Behinderungsbegriff entsprechend der seit 2009 geltenden UN-Behindertenrechtskonvention aufnehmen und zur Gesetzesgrundlage machen, wonach nicht die Beeinträchtigung an sich, sondern die Einschränkungen der Teilhabe durch Wechselwirkungen mit dem sozialen Umfeld in den Blick genommen werden müssen und zu beseitigen sind.

Weitere Informationen zum Fortgang der Diskussion um dieses gesamtgesellschaftlich wichtige Gesetzesvorhaben finden sich unter:
www.deutscher-behindertenrat.de/ID184259
www.paritaet.org/bthg
www.teilhabegesetz.org
www.bmas.de

Gemischte Beiträge

„Ich musste immer stark sein“ – Geschwister von Menschen mit Behinderung

Nach einem Beitrag von Katharina Jetter im NDR

„Statistisch war es uns schon eh und je klar, wenn es zehn Millionen Behinderte gibt, dann gibt es auch zehn Millionen Geschwister von Behinderten. Aber trotzdem haben wir fast nie andere Geschwister kennen gelernt und uns mit anderen Kindern wirklich über die Geschwistersituation ausgetauscht“, sagt Sascha Velten. „Alle, die jetzt unseren Blog finden und sich bei uns melden, sagen: Mensch, bin ich froh zu entdecken, dass es noch andere gibt. Und allein das Wissen darum hilft schon, besser mit seiner Situation umzugehen.“

Sascha Velten ist nicht mehr alleine mit seiner Geschichte. Zusammen mit zwei anderen betroffenen Erwachsenen hat der Kölner den Internet-Blog „Erwachsene Geschwister“ gegründet, der sich speziell an Erwachsene wendet, die einen Bruder oder eine Schwester mit Behinderung haben. Als Kind war es für den heute 38 – jährigen selbstverständlich, dass sich in seiner Familie viel um seinen jüngeren Bruder Marcel drehte.

Sascha Velten: *„Mein Bruder sitzt im Rollstuhl, kann nichts alleine tun. Kann nicht alleine sprechen, kann nicht alleine essen oder zur Toilette gehen und braucht in jeder Lebenslage Unterstützung. Ist aber geistig völlig klar.“*

Sein Verhältnis zu Marcel war immer eng, sagt Sascha Velten. Er verstand seinen Bruder auch ohne Worte. Als Kind erzählte er ihm viele Geheimnisse, auch weil er wusste, dass er sie nie würde ausplaudern können. Er bastelte ihm praktische Dinge, zum Beispiel eine Klingel für das Bett. Sascha Velten war stolz auf seine Familie, die trotz vieler Schwierigkeiten fest zusammen hielt – und er war immer ein Teil des besonderen Alltags seines Bruders.

„Sei es Krankengymnastik, Sprachtherapie, bei Ärzten, bei jedem Krankenhaus-Aufenthalt, ich durfte überall mitmachen. Ich wurde zu nichts gezwungen und in nichts hineingedrängt. Aber habe alles immer miterlebt.“

Auch als junger Erwachsener konnte er sich kaum an negative Erfahrungen im Zusammenhang mit seinem Bruder erinnern. Doch dann befiel ihn eine unergründliche Zukunftsangst. Lange suchte er nach der Ursache.

„Und erst jetzt, so mit 40, da fange ich an, mir so Gedanken zu machen, dass doch nicht alles so toll gewesen ist, dass ich da vielleicht auch viele Momente hatte, in denen ich traumatische Erlebnisse hatte, die ich damals als Kind oder Jugendlicher gar nicht verarbeitet habe. Alleine medizinische Vorfälle, die wahrscheinlich einfach schrecklich waren, wenn wir dann plötzlich wegen epileptischer Anfälle oder anderer Dinge ins Krankenhaus mussten oder der Notarzt kommen musste.“

Die verdrängte Angst habe ihn als Erwachsenen mit Macht eingeholt, so Sascha Velten. Nur langsam konnte er sich während einer Psychosomatischen Reha eingestehen, dass seine Zukunftsängste wohl mit seiner besonderen Familiengeschichte zusammen hingen. Diese Erkenntnis war für ihn der Auslöser nach anderen Erwachsenen mit einem behinderten Geschwister zu suchen und zusammen mit zwei anderen Betroffenen den Blog Erwachsene Geschwister zu gründen.

„Wir haben uns und unsere Geschwister vorgestellt. Und dann haben wir einzelne kleine Erfahrungen, die wir im Leben gemacht haben – schöne Geschichten oder auch nicht so schöne Geschichten – niedergeschrieben. Und das sind genau die Geschichten, die andere Geschwister bei ihren meist nächtlichen Recherchen im Internet dann finden. Wo sich die anderen Geschwister wieder finden und sagen, boah, da sind Menschen, die haben das gleiche erlebt, ich erkenne mich da wieder. Ich habe gerade auch diese Angst, ich kann gerade auch nicht schlafen.“

Erwachsene Geschwister eines Bruders oder einer Schwester mit Behinderung haben ganz andere Probleme und Fragestellungen als betroffene Kinder, deshalb wendet sich die Seite auch ausschließlich an Erwachsene, so Sascha Velten: *„Wir erwachsenen Geschwister sind in einem Alter, dass wir zum einen irgendwelche Erfahrungen und Erlebnisse aus unserer Kindheit haben, die wir jetzt anfangen zu reflektieren. Zum anderen sind wir jetzt oft in der Situation, dass unsere Eltern in ein Alter kommen, wo sie nicht mehr die Leistung gegenüber unseren Geschwistern erbringen können, wie sie es in der Vergangenheit gemacht haben. Es ist absehbar, dass die Eltern von erwachsenen Geschwistern irgendwann sterben werden. Und es drängt sich die Frage auf, welche Rolle muss ich dann, werde ich dann gegenüber meinem Geschwister einnehmen. Muss ich das weiter führen, was meine Eltern bisher geleistet haben? Wie muss ich mich da positionieren. Macht mir das vielleicht Angst?“*

„Ich heiße Pauline. Mein Bruder Moritz ist autistisch. Auf ihn aufzupassen, ist auf die Dauer ziemlich anstrengend, weil man ihn keine Sekunde alleine lassen kann. Er würde sonst mit Sicherheit etwas anstellen. Er wirft Sachen, die dann zu Bruch gehen, oder er beißt seit neuestem in das Kabel vom Staubsauger. Da einer meiner Eltern immer auf Moritz aufpassen muss, außer sein Therapeut oder ein Babysitter ist da, haben sie nicht ganz so viel Zeit für sich und für mich. Das ist für Mama oder Papa sicher nicht gut, auch wenn sie sich das nicht so anmerken lassen. Was mich betrifft, ich weiß es nicht so genau.“

Pauline ist heute einundzwanzig Jahre alt. Den Text hat sie geschrieben als sie vierzehn war. Pauline besucht seit vielen Jahren Geschwister-Seminare bei Marlies Winkelheide in der Janusz Korczak Bücherei in Lilienthal bei Bremen. In der Geschwister-Bücherei gibt es ein vielfältiges Sammelsurium an Spielzeug. Es stapelt sich auf dem Boden, in Regalen und verglasten Schränken. Darunter auch Baby-Puppen mit den Merkmalen des Down-Syndroms und Barbies mit Rollator. Dazwischen stehen gemütliche Sofas und niedrige Tische. In hohen Bücherregalen hat Marlies Winkelheide tausende Bücher gesammelt, in denen es um Behinderung geht, um Geschwister und um pädagogische Themen.

Gerade beginnt die Vorstellungsrunde. Die Kinder und Jugendlichen sitzen um einen roten Teppich herum, auf dem Karten mit verschiedenen Sprüchen liegen. Jeder soll sich eine Karte aussuchen, die zu seiner aktuellen Lebenssituation passt.

Pauline: *„Ja, ich habe mir die Karte genommen, wo drauf steht: In zweifelhaften Fällen entscheide man sich für das Richtige. Ja, ich bin grade stark am überlegen, was ich jetzt weiter machen soll, und habe immer noch nicht so richtig die Ahnung und muss mich jetzt aber eigentlich mal langsam beeilen.“*

Marlies Winkelheide: *„Und aus welcher Situation kommst du jetzt heute?“*

Pauline: *„Ja, im Moment ist mein Bruder zuhause, und deshalb herrscht eine Menge Chaos und es geht eine Menge kaputt, und ich gucke, wo ich mich hin verziehe.“*

Die Seminare, die Marlies Winkelheide hier seit vielen Jahren für Geschwister von behinderten Kindern anbietet, sind geschützte Räume. Nichts was hier erzählt wird, dringt ohne Einverständnis nach außen. Viele Kinder treffen im Seminar zum ersten Mal auf andere in der gleichen Lebenssituation. Pia, acht Jahre alt, und Leo, dreizehn, haben einen Bruder mit Down-Syndrom, – Max, aber der ist zuhause geblieben. Hier im Geschwister-Seminar stehen Pia und Leo im Mittelpunkt. Und sie bestimmen auch die Themen.

Leo: *„Manche Leute lästern natürlich über die behinderten Geschwister und das finden viele sehr traurig. Und dann erzählen die darüber, wie sie das finden. Und wir helfen uns faktisch alle gegenseitig, ein einfaches Leben mit unseren Geschwistern zu führen. Was bei den neuen Leuten, die neu in die Gruppe kommen, was denen am meisten am Herzen liegt, dass sie sehen, dass es auch noch andere Leute gibt, die auch das gleiche Problem haben oder so ein ähnliches Problem haben, wo man offen darüber reden kann, was einen jetzt stört, oder was sie traurig macht. Ja, und dafür ist die Gruppe auch da. Man wird mutiger, selbstbewusster und fühlt sich nicht mehr so alleine.“*

Pia: *„Es wird keiner ausgelacht. Es ist, als wären wir eine Familie, aber die sich nicht so oft sieht.*

Ziel der Seminare ist, die Kinder anzuregen, sich mit der Behinderung des Geschwisters auseinander zu setzen und eine eigene Einstellung dazu zu finden. Sie sollen lernen, sich als eigene Persönlichkeiten zu

erfahren und sich nicht nur über die Beziehung zu ihrem behinderten Geschwister zu definieren. Denn die Kinder mit Behinderung sind oft der Mittelpunkt ihrer Familien.

Die Teilnehmer können während des Seminars die Fragen stellen, die sie den Eltern nicht zumuten wollen. Denn als Geschwister von Kindern mit Behinderung haben sie feine Antennen für das, was ihre Eltern belastet, was aber dennoch unausgesprochen bleibt, hat Marlies Winkelheide erfahren: *„Eine Frage ist immer wieder, was ist Gerechtigkeit im Zusammenleben mit Geschwistern mit Behinderung. Da geht es um die Aufmerksamkeit und um die Zeit. Was ist gerecht? Und kann es überhaupt gerecht sein? Eine zweite Sache ist: Warum werden meine Eltern so traurig, wenn ich nach meinem Bruder, meiner Schwester frage? Und ich frage ja nicht, sagt ein Geschwisterkind, wenn ich weiß, dass meine Eltern traurig werden. Darf ich können, was ich kann? Oder wird mein Bruder, meine Schwester eifersüchtig? Ich erinnere mich noch an einen 7-jährigen, der kam und sagte: Ich habe so viel Schuld. Ich sagte: Wieso hast du so viel Schuld? Ja, ich lerne so viel, was meine Schwester nie können wird und sie ist so eifersüchtig."*

Im Umgang mit ihren Geschwistern mit Behinderung haben viele Kinder gelernt, schärfer als andere zu beobachten, feinste Signale wahrzunehmen. Aber auch ihre eigenen Gefühle und Bedürfnisse zurückzustellen.

Pauline hat das als 14 – jährige so beschrieben: *„Was man bei Moritz eigentlich jeden Tag durchstehen muss, ist dass man keine Sekunde unaufmerksam sein kann und seine unerschöpfliche Energie. Auf Leute, die nicht wissen, dass er behindert ist, muss er sehr egoistisch wirken. Man bringt ihm viel Liebe entgegen und es scheint so, als würde man nichts zurück bekommen, doch wahrscheinlich muss man bei Moritz das doppelte, dreifache oder mehr geben, um die leise, sehr seltene, ganz besondere Antwort zu bekommen. Es ist sehr anstrengend das auszuhalten, denn man muss sehr geduldig sein."*

Darf ich wütend sein auf meinen Bruder oder meine Schwester mit Behinderung? Darf ich mich wehren? Gemein sein? Zeigen, dass ich mehr kann? Darf ich mich abwenden? Auch das sind Fragen, die in den Geschwister-Seminaren oft zur Sprache kommen. Und auch die Frage: Was ist normal? Denn auf einer Ebene empfinden die Teilnehmer ihre Familie als normal, wissen aber doch gleichzeitig, dass ihre Normalität oft nur wenige Schnittpunkte mit der breiten Mehrheit aufweist. Pauline hat auch durch die Seminare gelernt, über diese Themen zu sprechen: *„Selbstverständlich gewöhne ich mich an Dinge. Ich meine, was bleibt mir denn auch anderes übrig. Ich kann ja nicht sagen, nee tut mir leid, ich habe da jetzt keine Lust drauf. Das ist meinem Bruder scheißegal, ob ich irgendwo Lust drauf habe oder nicht. Der ist so, wie er ist. Ich meine, andere Leute würden sich schon stark wundern, wenn ihnen beim Autofahren irgendwelche Kaugummis um die Ohren fliegen oder sie dauernd in Spucke treten oder Kacke haben an den Wänden oder irgendwie so was. Selbstverständlich ist das für die meisten Menschen überhaupt nicht normal, aber das passiert einfach, und dann muss man damit umgehen."*

Wie wäre mein Leben ohne meinen Bruder? Was wäre, wenn mein Bruder keine Behinderung hätte? Diese Fragen stellt sich Pauline heute nicht mehr, aber sie fragt sich doch, wie die Erfahrungen mit ihrem autistischen Bruder ihre Persönlichkeit geprägt haben: *„Das so richtig raus zu finden, da bin ich immer noch an dieser Frage und das werde ich wahrscheinlich auch immer sein. Ich bin eigentlich immer ziemlich langsam gewesen, früher noch viel mehr als jetzt, bis Marlies da drauf gekommen ist, – das hätte ich niemals so richtig mit meinem Bruder in Verbindung gebracht, niemals, – dass das was damit zu tun hat, dass mein Bruder so unglaublich schnell ist."*

Pauline ist Mitglied des Geschwister-Rates. Die Gruppe Jugendlicher und junger Erwachsener trifft sich achtmal im Jahr in der Geschwister-Bücherei bei Bremen. Dann besprechen sie ihre aktuelle Lebenssituation, aber sie machen auch Öffentlichkeitsarbeit, denn sie sind der Meinung, dass Geschwister von behinderten Kindern noch zu wenig Aufmerksamkeit bekommen. Mit dabei ist auch der 18-jährige Tom. Wie die anderen mittlerweile Experte beim Thema: „Welche Fragen bewegen Geschwister von Kindern mit Behinderung."

Tom: *„Unsere Hauptfunktion im Geschwister-Rat ist es, dass wir andere Projekte beraten, die Angebote aufbauen möchten oder die eben auch weiter verbessern möchten, dass wir da eben eine Hilfestellung geben, dass wir uns aber auch noch mal Texte angucken. Texte formulieren und probieren, denen eben auch mitzuteilen, was Geschwister von so einem Angebot erwarten."*

Nicht nur die Geschwisterkinder selbst, auch deren Eltern machen sich natürlich Gedanken über die besondere Geschwister-Konstellation in der Familie. Kerrin Stumpf ist die Geschäftsführerin des Elternvereins von Leben mit Behinderung in Hamburg und Mutter dreier Kinder. Ihr Sohn Pelle ist gerade vom Fahrdienst von der Schule nach Hause gebracht worden. Sie sitzt am Küchentisch, hat Pelle auf dem Schoß und träufelt ihm geduldig Brei aus einer Spritze in den Mund. Der 13-jährige ist sehr klein und leicht, er kann sich kaum bewegen, er spricht nicht, und doch *„hat er meistens gute Laune"*, stellt seine 12-jährige Schwester Smilla klar. Für Smilla ist Pelle Normalität. Er war schon vor ihr da und die beiden verstehen sich auf ihre Weise.

Smilla: *„Wenn ich ihn was frage, also wenn ich sage: Willst du eine CD hören? Und er dann lacht, dann ist das wie: ja. Dann findet er das gut. Oder er macht gar nichts, dann frage ich ihn was anderes. Er kann nicht so genau erklären, wie andere vielleicht, aber man versteht schon, was er will."*

Die beiden haben noch einen Bruder, Rasmus, 15 Jahre alt. Smilla kann sich zwar erinnern, dass sie als kleines Kind während des Essens manchmal warten musste, weil Pelle zuerst gefüttert wurde, aber im Großen und Ganzen hat sie nicht das Gefühl zu sehr Rücksicht nehmen zu müssen.

Smilla: *„Ich mache ja einen eigenen Sport und ich spiele auch Geige, das heißt, ich mache meine eigenen Sachen. Ich schwimme im Verein, viermal die Woche. Ich merke jetzt nicht, dass ich auf irgendwas verzichten muss.*
Also, die meisten von meinen Freundinnen finden Pelle total süß. Und die finden ihn dann nicht merkwürdig, vielleicht wundern sie sich manchmal über ihn, wenn sie das erste Mal da sind, aber das ist jetzt nicht so negativ irgendwie."

Mit der Geburt Smillas, so empfindet es ihre Mutter Kerrin, ist wieder Normalität in die Familie gekommen. Und das hatte sich die Mutter auch von ihrem dritten Kind erhofft. *„Denn"*, sagt Kerrin Stumpf, *„Rasmus war stark. Und dann kam Pelle und hatte eine Behinderung. Und ich hatte einen Komplex, weil ich dachte, für unseren starken großen Sohn habe ich nicht den richtigen Spielgefährten. Also, es gab dann diese Schuldgefühle, und dann haben wir immer fleißig und diszipliniert versucht alles zu machen, Therapie. Und wir haben gemerkt, für den großen Bruder gibt es viel Druck und auch viele Pflichten. Und dann kam Smilla. Wir haben uns überlegt, wir müssen das ausgleichen, und mit Smilla kam dann Normalität. Weil wir dann jemanden hatten, der im Badezimmer alles unter Wasser setzte in der Wanne. Und der Große, der war vier Jahre älter und sagte: Das kann man machen?! Und das Badezimmer war klitschnass und ich habe geschluckt, ich habe nicht geschimpft, sondern alles aufgewischt und mich gefreut, dass wir normal sind als Familie, obwohl Pelle so eine schwere Behinderung hat."*

Und doch weiß Kerrin Stumpf, dass auch für Smilla und Rasmus das Leben mit Pelle prägend ist. Und dass sie die beiden auch täglich braucht, damit sie ihr helfen. Und sie ist froh, dass die beiden mitmachen, ohne zu meckern.

Kerrin Stumpf: *„Ich glaube, für Meutern ist nicht viel Platz! Da kommen sie dann gar nicht drauf, dass sie dann mehr Raum für sich beanspruchen. Weil sie sehen selbst, wenn ich jetzt aufstampfen würde... es geht gar nicht. Wir müssen an einem Strick ziehen.*
Wir wissen ganz genau, wie viel wir sie brauchen, wie viel wir ihre Augen brauchen, ihre Hände brauchen, holst du mir mal schnell..... so diese Dinge. Wir müssen sie als Partner sehen, und wir müssen sie auch immer wieder rauslassen aus dieser Verantwortung. Ganz bewusst. Aber es bleibt immer ein Stück, wo man merkt: Ah, ich bin gespannt, was sie mir erzählen werden, wenn sie dreißig sind."

Smilla sieht das anders. Sie findet sich weder besonders vernünftig, noch hat sie das Gefühl, sie müsste dauernd helfen. Smilla betont die Normalität. Ihre Mutter macht noch ein Beispiel, um Smilla zu demonstrieren, dass sie ihre besondere Situation als Schwester eines Bruders mit Behinderung sehr wohl wahrnimmt.

Kerrin Stumpf: *„Du warst acht Jahre alt. Da war ich joggen und dann in der Dusche. Und Smilla kam dann angelaufen, sie war mit ihm alleine gewesen und sagt: Mama, ich glaube, er hat einen Anfall. Also, da hat sie schon mit sieben, mit acht, Verantwortung getragen und wusste auch, wo das Anfallsmedikament liegt. Das merken die Geschwister gar nicht, was sie überall für kleine oder große Unterstützungen leisten."*

Smilla: *„Das hat aber nichts mit vernünftig zu tun."*

Kerrin Stumpf: *„Doch."*

Smilla: *„Naja, Mama war ja schon wieder da. Und ich hatte irgendwie das Gefühl, dass Pelle extra mit dem Anfall ein bisschen gewartet hat, damit er ihn nicht bekommt, wenn ich mit ihm alleine bin."*

Smilla ist loyal. Ihrem Bruder gegenüber, ihrer Mutter gegenüber. Aber das muss nicht unbedingt die einzig mögliche Position für Geschwisterkinder sein.

Auch in der Familie von Gesa Borek sind die Rollen in gewisser Weise verteilt. Ihr ältester Sohn, mittlerweile 20, kam gesund zur Welt. Die beiden mittleren haben das fragile X-Syndrom. Diese Behinderung äußert sich bei den beiden in Verhaltensauffälligkeiten, autistischen Zügen, sozialen Ängsten und in einer Entwicklungsverzögerung. Die beiden sind 17 und 10 Jahre alt, sie lieben Ruhe, Ordnung und Harmonie. Ganz im Gegensatz zum jüngsten Sohn Moritz. Er ist sieben, hat keine Behinderung, und liebt es, den Laden zuhause auf zu mischen, erzählt seine Mutter.

Gesa Borek: *„Er hat gemerkt, oh, wenn ich mich nicht von Anfang an durchsetze, werde ich hier im wahrsten Sinne des Wortes zur Seite gelegt. Und vom ersten Tag an war es nicht Moritz, auf den Rücksicht genommen wurde. Sondern die Bedürfnisse von seinen Brüdern*

mit Behinderung konnten immer wichtiger sein. Und das fand er vom ersten Tag an, glaube ich, nicht lustig. Und vom ersten Tag hatte er so seine Strategien, wie er sich da auch behaupten kann."

Moritz hat zwei Strategien, um sich die Aufmerksamkeit der Mutter zu sichern. Zum einen bremst er seine eigene Entwicklung, so Gesa Borek. Er weigert sich zum Beispiel, sich morgens alleine anzuziehen, seine Brüder werden ja schließlich auch angezogen. Auf der anderen Seite führt er seinen großen Brüdern mit Handicap bei Gelegenheit auch gerne vor, dass er schneller ist und viel mehr kann. Typisches Beispiel: Familienausflug mit dem Fahrrad.

Gesa Borek: *„Natürlich tritt Moritz einmal in die Pedale und dann ist er davon. Und Jonas denkt sich, ich bin doch der Große. Ich müsste doch vorweg fahren. Und schreit: Ich will erster sein. Und dann kriegt Jonas entweder einen Wutanfall oder geht tätlich auf Moritz los. Und schon endet eine eigentlich schöne Situation, ein Fahrradausflug, in der Katastrophe. Und das Dumme ist, manchmal geht's gut, (lacht) und manchmal geht's nicht gut, ich kann's nicht ändern. Einer ist sieben und einer ist geistig behindert. Da sind sie dann entwicklungstechnisch plötzlich wieder auf einer Ebene."*

Natürlich weiß Moritz, dass seine Brüder ein Handicap haben, aber für ihn fühlt es sich trotzdem ungerecht an, dass sie zum Beispiel gebadet werden und er selbst nicht, glaubt Gesa Borek: *„Wenn man sich zurückgesetzt fühlt, fühlt man sich zurückgesetzt. Und es ist eine Erwachsenenlogik, dann zu denken, die sind ja behindert und die können da nichts dafür. Ich habe ein Beispiel: heute Morgen vom Großen, vom Christian. Der war im Badezimmer und ich habe dann geklopft und gesagt, entschuldige die Störung, du hast eine viertel Stunde, dann muss ich Lars baden. Und Christian sagt okay, denn eine andere Chance hat er nicht. Pflege geht immer vor. Gefühlt hört sich das für Christian aber so an: Mein Bruder ist immer wichtiger als ich. Und ausgleichen kann man das sowieso nicht. Ist ja quatsch zu sagen: Ich koche dir heute dein Lieblingsessen, weil du dich heute Morgen im Bad beeilt hast. So ist einfach das Leben von Geschwisterkindern, und da gibt es nicht gut oder schlecht, es ist einfach so. Gerechtigkeit und Ausgleich kann es nicht geben."*

Gerade weil sie ihre Zeit und Aufmerksamkeit nicht gerecht verteilen kann, ist es Gesa Borek wichtig, dass Moritz Worte findet, für diese Ungerechtigkeit, die er spürt. Auch wenn sie manchmal denkt, dass er es auch ausnutzt, dass er schlauer ist, als seine Brüder.

Gesa Borek: *„Wir reden viel darüber und ich bin einerseits genervt und angestrengt und oft habe ich die Nase voll, wenn Moritz das hier so reinbringt. Auf der anderen Seite bin ich dankbar dafür, denn Christian hat es nicht gemacht. Der hat gesehen: Meine Eltern sind zu bis oben hin vom fragilen X. Und er hat alles mit sich selber abgemacht. Und Moritz hat uns nie die Chance gelassen, der hat das von sich aus gebracht und wir sind gezwungen, darüber zu reden und offen zu reden. Und die Geschwister-Seminare bestärken ihn noch da drin. Und das freut mich total, weil ich so eine Chance habe, es vielleicht besser hin zu kriegen als mit Christian."*

In den letzten Jahren ist die Situation der Geschwisterkinder ein wenig mehr in den Fokus der Öffentlichkeit gekommen. Es gibt Bücher zu dem Thema, mehr Geschwister-Seminar-Angebote, erwachsene Geschwister vernetzen sich und geben sich gegenseitig Unterstützung. Für Eva Wlodarek, 1947 geboren, gab es das alles nicht. Sie war vierzehn und Einzelkind als im Dezember 1961 ihre Schwester Silke geboren wurde. Dass Silke das Down-Syndrom hatte, erfuhr die Familie erst nach einem halben Jahr vom Kinderarzt, der sie anfangs schonen wollte. Von da an drehte sich im Leben von Eva Wlodarek sehr viel um ihre Schwester.

Eva Wlodarek: *„In Bezug auf Silke war ich so was wie die zweite Mutter. Und meine Eltern waren sehr beschäftigt. Mein Vater als Pastor und meine Mutter als Pastoren-Frau. Sie war natürlich gehalten, genauso mit zumachen, und da war ich diejenige, die nach der Schule eben so lange auf das Kind aufpasste, wie es nötig war. Und auch nachts habe ich oft versucht, meine Mutter zu entlasten. Silke hatte nicht nur das Down-Syndrom, sie hatte einen Herzfehler und sie hatte auch noch Klumpfuß-Stellung. Die ganze Zeit über, sie ist ja fünf Jahre alt geworden, konnte sie nicht laufen. Sie rutschte immer auf ihrem kleinen Hintern in einer Lederhose über den Boden. (Lacht) Und dabei war sie eigentlich ganz munter."*

Damals hat sich Eva Wlodarek wenig Gedanken über ihre Rolle als pflegende Schwester gemacht, im Nachhinein erst hat sie erkannt, dass ihre Kindheit damit eigentlich zu Ende war: *„Silke war meine Jugend, kann man sagen. Aber ich habe sie so geliebt und habe so gerne auch was mit ihr gemacht, vielleicht nicht in dem Umfang, das war schon wirklich ein bisschen heftig. Ich wäre auch gern mal auf eine Party gegangen oder hätte mich mehr mit Freundinnen getroffen. Aber ich mochte dieses kleine Kind einfach so gerne. Sie war auf ihre Art auch ganz witzig und lebendig und wir haben auch ziemlich viel Unsinn zusammen gemacht. Also, es war jetzt nicht nur die große Tragik."*

Es war eine ganz enge, innige Beziehung zwischen den beiden. Die abrupt endete als Eva Wlodarek für ihr Psychologiestudium nach Köln zog. Nur eine Woche später starb ihre Schwester plötzlich – ein Herzanfall, wie es hieß.

Eva Wlodarek: *„Das war furchtbar. Da mag ich auch heute nach über fünfzig Jahren nicht mehr dran denken. Es war so, dass ich ja dadurch, dass ich so eng mit ihr verbunden war, dass auch eine Wechselwirkung war. Also, sie hat auch sehr an mir gehangen (..) und ich denke, die Trauer war zu groß bei ihr.*
Und für mich war das so... ich kann immer noch nicht darüber reden, es ist wirklich eigenartig. Es ist so, als hätte man das in sich eingekapselt, und wenn es angesprochen wird, kommt es wieder hoch. Ich habe lange gebraucht, um darüber weg zu kommen. Und ich muss sogar sagen, ich war da ja neunzehn, zwanzig, ich hab fast überlegt, ob das Leben noch einen Sinn hat."

Sie wollte lange kein eigenes Kind, hatte das Gefühl, schon eins gehabt zu haben – ihre geliebte und verlorene kleine Schwester, mit der sie eine symbiotische Beziehung verband, die von außen niemand störte, weil es damals noch keine wissenden Eltern, keine Therapien, keine Frühförderung, keine Babysitter, keine Pflege-Entlastungs-Angebote gab, die ihr erlaubt hätten, sich abzugrenzen. Und doch ist sie heute auch dankbar für diese Erfahrung.

Eva Wlodarek: *„Ich bin Psychologin. Ich war lange Psychotherapeutin, mache aber schon seit einigen Jahren Coaching, und schreibe jetzt Bücher und halte Vorträge, aber kurz und gut, es ist alles dasselbe, ich versuche anderen Menschen mit meinem Wissen das Leben zu erleichtern. Und das ist einerseits natürlich ein großes Interesse, aber ganz bestimmt hat die Erfahrung mit Silke ihren Anteil daran. Und mich würde wirklich interessieren, also die Untersuchung steht wohl noch aus, wie viele Geschwister von behinderten Kindern, einen sozialen Beruf ergriffen haben. Sozialarbeiter geworden sind, Lehrerinnen vielleicht, Krankenschwester, was auch immer."*

Es gibt nicht nur Risiken für die Persönlichkeitsentwicklung von Geschwistern von einem Bruder oder einer Schwester mit Behinderung, sondern auch jede Menge Chancen. Marlies Winkelheide hat in ihren Seminaren viele Kinder und Jugendliche getroffen, die ein ausgeprägtes Sozialverhalten haben, die besonders geduldig, emphatisch, lösungsorientiert oder verantwortungsbewusst sind. Auch der 18-jährige Tom, Mitglied des Geschwister-Rates, sieht Vorteile. Er fühlt sich erwachsener und reflektierter als viele andere in seinem Alter: *„Ich würde sagen, dass das auch damit zu tun hat, dass ich früher selbstständig werden musste, weil meine Eltern eben manchmal keine Zeit hatten. Aber damit habe ich mich abgefunden dann und habe eben gelernt, damit umzugehen. Im Endeffekt bin ich für diesen Teil auch sehr dankbar, das hat mich auch reifen lassen, eben die Auseinandersetzung, die ich mit mir selbst geführt habe. Und dafür bin ich meinem Bruder auch unendlich dankbar, dass er mir ermöglicht hat, der zu werden, der ich bin."*

Sascha Velten denkt, dass er im Umgang mit seinem behinderten Bruder vor allem Toleranz gelernt hat und eine gute Einschätzung, was wichtig ist im Leben. Sein Projekt, erwachsene Geschwister zu vernetzen, will er ausbauen: *„Also, wir bauen gerade regionale Stammtische auf. Wir haben in Köln einen Stammtisch, im Ruhrpott einen Stammtisch, in Hamburg, Berlin, Frankfurt, Anspach, Ulm. Überall in Deutschland entstehen gerade diese Stammtische, wo sich Geschwister zusammensetzen können und alle paar Monate abends sich mal austauschen können."*

In Zukunft, so hofft Sascha Velten, können so mehr Geschwister die Aufgabe meistern, ihren erwachsenen Bruder oder ihre erwachsene Schwester mit Behinderung im Leben zu begleiten, ohne sich dabei selbst aus den Augen zu verlieren.

Sascha Velten: *„Ich wünsche es mir, dass es so kommt. Und wir brauchen ja auch Hilfe, was das Operative angeht, was uns da belastet. Das sind die tagtäglichen Dinge, die Kämpfe, die auszuführen sind, mit Gerichten, mit Sozialämtern, mit Behörden. Da brauchen wir auch Unterstützung, um wirkliche gute Lebenssituationen für unsere Geschwister erreichen zu können, die uns dann auch erlauben, uns abzugrenzen."*

Eine Gruppe für die Geschwisterkinder!

Von Vivian Schmechel

Geschwister von Kindern mit einer Behinderung müssen im Alltag oft viele Herausforderungen meistern. Wenn der Bruder oder die Schwester sich mal wieder total daneben benimmt und somit die ganze Aufmerksamkeit auf sich zieht oder Mama und Papa schon wieder genervt und gestresst reagieren, dann sind sie meist diejenigen, die zurückstecken. Sie wissen aber genau, dass niemand etwas dafür kann und versuchen in vielen Situationen ihre Wut zurückzuhalten. Bei KIDS Hamburg e.V. gibt es seit Anfang des Jahres eine Gruppe für Geschwisterkinder, in der die Kinder mal über all das sprechen können, was sie zu Hause so richtig nervt. Die Leitung übernimmt Vivien Schmechel (Heilerzieherin). Eine zusätzliche Betreuungsperson, Kolja Meier, begleitet die Gruppe.

In der Geschwisterkinder-Gruppe haben die Kinder die Gelegenheit sich über die positiven sowie negativen Erfahrungen mit der Behinderung des Bruders oder der Schwester auszutauschen. Dazu gibt es zu Beginn eine Erzählrunde. Je nachdem wie viel die Kinder zu erzählen haben, dauert diese mal länger und mal kürzer. Wichtig ist, dass jeder ausreden darf und die anderen zuhören. Manchmal merken die Kinder, dass sie schon ganz ähnliche Erfahrungen gemacht haben und wollen darüber diskutieren. Danach werden Aktionen, Ausflüge und gemeinsame Spiele geplant. Auch hier dürfen die Kinder mitbestimmen. Das Ziel der Gruppe ist es, die Kinder zu stärken, selbstbewusster mit der Behinderung ihres Bruders oder Schwester umzugehen. Es ist schön für die Kinder zu merken nicht allein mit einigen Problemen zu sein und dass es anderen genauso geht. Auch Freundschaften entstehen in der Gruppe und die Kinder verabreden sich privat. Das ist besonders schön, da die Kinder so Kontakte knüpfen, die sie nutzen können, wenn es ein Problem gibt, über das das Kind gerade mit niemand anderen reden kann.

Die Gruppe findet ca. einmal im Monat sonnabends von 10.00 bis 14.00 Uhr statt. Treffpunkt sind immer die Vereinsräume. An dem Angebot können maximal 10 Kinder teilnehmen. Es gibt noch einige freie Plätze! Falls auch bei Eurem Kind Interesse besteht, dann meldet Euch gerne telefonisch 040/38 61 67 80 oder per mail info@kidshamburg.de im Vereinsbüro.

Auf dem richtigen Weg – die Freizeitgruppe von KIDS

von Johanna Sahling

Auch die Freizeitgruppe hat im Januar an der KIDS Zukunftswerkstatt „Gemeinsam Zukunft planen“ teilgenommen. Knapp ein halbes Jahr später wird es Zeit für die erste Zwischenbilanz. Zu unserer großen Freude können wir feststellen:

Wir sind auf dem richtigen Weg!

Partizipation ist schon seit der Gründung der Freizeitgruppe ihr besonderer Fokus: Die Jugendlichen, die teilnehmen, sollen nicht nur alle 14 Tage gemeinsam Spaß haben, sondern auch Verantwortung übernehmen. Sie sollen selber überlegen, was sie möchten, selber Unternehmungen planen, selber MACHEN! Das ist, besonders in einer Gruppe von 11 Jugendlichen, manchmal gar nicht so einfach. Deshalb war es uns besonders wichtig, auch gemeinsam an der Zukunftswerkstatt teilzunehmen. Hier konnten wir erstmalig nicht nur im Rahmen unserer Gruppe, sondern mit Blick auf den ganzen Verein darüber sprechen, was wir uns wünschen. Aber auch, was wir anzubieten haben. Dabei ist eine ganze Menge herausgekommen:

Die vielfältigen Wünsche für Ausflüge haben wir in unsere Quartalsplanung aufgenommen. Dabei haben wir uns einiges, wie backen und Computer, für die kältere Jahreszeit aufgehoben, um jetzt in vollen Zügen den Sommer zu genießen. Da passen Schwimmen im Strandbad Farmsen, Tischtennisspielen auf dem Spielplatz nebenan und hinterher eine Traumreise zur Entspannung perfekt ins Programm. Fürs Bogenschießen (und nicht nur dafür) lohnt sich ein Ausflug auf den Hamburger DOM.

Neben diesen vielfältigen Unternehmungen in der gewohnten Gruppe, wurde die Freizeitgruppe zum Gastgeber. Als offenen Treff, als Möglichkeit für die zahllosen KIDS-Gruppen, sich gegenseitig zu besuchen, hat die Freizeitgruppe die KIDS Disko-Nächte ins Leben gerufen. Ein voller Erfolg: Im Februar und im Juni tanzten sich jeweils über 25 Jugendliche die Füße heiß, spielten spannende Kicker-Turniere oder genossen Snacks und Getränke an der Bar unseres Diskokellers. Für die Jugendlichen der Freizeitgruppe Arbeit und Vergnügen, denn sie selbst besetzten alle wichtigen Posten, Einlass und Kasse, Bar und DJ, bis hin zum Animateur. Außerdem musste nach Ende der Party natürlich auch noch aufgeräumt werden. Aber dank der vielen Hände, die gemeinsam gearbeitet haben, war auch das schnell geschafft. Wir wollen die Disko-Nächte auf jeden Fall fortführen, wenn möglich auch in noch größerer Regelmäßigkeit. Noch schöner wird die Veranstaltung, wenn noch mehr Tänzer_innen dabei sind. Schon jetzt haben wir jedes Mal eine Menge Spaß. Ein großes Dankeschön an die Gruppe, die das durch ihren persönlichen Einsatz möglich macht!

Im Kreativbereich ist KIDS ja ohnehin breit aufgestellt. Insofern konnten wir unsere Musiker an die gerade neu entstandene Band verweisen, vier der Jugendlichen aus der Freizeitgruppe haben sich für unser Theaterprojekt „Wer will ich sein?“ im August 2016 angemeldet und die Nachwuchs-Regie und Schauspieler_innen wurden auf ein tolles Filmprojekt von UTE e.V. aufmerksam gemacht. So konnten wir uns ganz unserem großen Kunstwerk widmen. Mit viel Körperbeherrschung und Teamwork und unter Anleitung unserer schriftkundigsten Mitglieder haben wir eine Menge Fotos gemacht. Herausgekommen ist der Schriftzug „Freizeitgruppe“, dargestellt mit unseren eigenen Körpern. Mehr „wir“ geht nicht!

Es hat sich also schon eine Menge getan. Aber es sind auch noch viele Wünsche offen. Als einen ersten kleinen Schritt in Richtung Reise, verbinden wir unser Freizeitgruppen-Sommerfest im Juli mit einer Übernachtung bei KIDS. Das ist zwar noch nicht die große weite Welt, aber immerhin etwas. Bei den Wünschen nach mehr Bildungsangeboten versuchen wir, im nächsten Jahr vielleicht ein entsprechendes Seminar anzubieten oder zumindest eine Begleitung zu einer auswärtigen Info-Veranstaltung von z.B. Leben mit Behinderung zu organisieren. Drei neue Mitglieder sind seit Januar der Freizeitgruppe beigetreten, auch ihre Wünsche sollen selbstverständlich berücksichtigt werden. Wir haben also noch große Rosinen im Kopf! Dass wir als Gruppe daran arbeiten können, wird nur durch die finanzielle Unterstützung von außen möglich. Wir danken deshalb an dieser Stelle ganz herzlich

- dem Freezers Fanbeirat, der uns in der letzten Saison mit einer Spende bedacht hat.
- der Erich und Agnes Zühr Stiftung,
- die uns für dieses Jahr großzügig finanziell unterstützt.

Es ist uns auch nach 10 Jahren Freizeitgruppe immer noch und immer wieder eine besondere Freude, zusammenzukommen und gemeinsam zu gestalten. Allen, die uns dabei fördern, gebührt unser besonderer Dank. In das zweite Halbjahr unseres Jubiläums starten wir, dank dieser vielfältigen Hilfe, mit einem positiv gestimmten

„Weiter so!“ – der Weg ist noch nicht zu Ende.

Die starken Frauen

Von Barbara Feige, Mutter

2007 wurde das Präventions-Pilotprojekt „Mädchen mit Behinderung in der Pubertät“ unter der Trägerschaft des Vereins „KIDS Hamburg e.V. Kontakt- und Informationszentrum Down-Syndrom“ ins Leben gerufen. Ziel war die Prävention vor sexualisierter Gewalt und die Förderungen der Selbstbestimmung der Mädchen mit Behinderungen.

Die Gruppe startete mit acht Mädchen im Alter von 11-13 Jahren, sie nannten sich „Die wilden Mädchen“. Heute hat die Gruppe, inzwischen umbenannt in „Die starken Frauen“, sechs junge Frauen im Alter von 19-21 Jahren, fünf von ihnen sind von Anfang an dabei.

Die Frauen leben mit geistigen Behinderungen und unterschiedlichem Unterstützungsbedarf bei ihren Eltern oder bereits in einer Wohngruppe. Alle Frauen arbeiten inzwischen in Werkstätten für Menschen mit Behinderungen oder besuchen eine berufliche Schule. So sind sie herausgefordert, sich selbständig in ihrer Außenwelt und Arbeitswelt behaupten zu lernen.

Die Frauengruppe trifft sich einmal im Monat für vier Stunden in einem Raum der Alsterdorf Assistenz West in Hamburg-Altona und verbringt zwei Seminar-Wochenenden im Jahr miteinander. Mit der Begleitung einer Sonderpädagogin und einer Theaterpädagogin mit viel Erfahrung in der Behindertenarbeit arbeiten sie an Themen der Pubertät, Selbständigkeit, Selbstbehauptung und Prävention. Die Themen der Gruppe werden zunehmend selbst von den Frauen bestimmt, die Pädagoginnen helfen dabei, den Entscheidungsprozess zu moderieren und in Konfliktfällen zu unterstützen und zu schlichten.

In Rollenspielen erproben und üben die Frauen immer wieder Situationen, in denen sie sich durchsetzen, sich abgrenzen und sich wehren wollen und müssen, sei es in der S-Bahn, bei der Arbeit oder im Freundeskreis. Sie sprechen über unterschiedliche Formen der Nähe, über Freundschaft, Zuneigung, Schwärmerei, Liebe mit und ohne Berührungen. Mit einer Wendo-Trainerin lernen sie Grabscher abzuwehren, sich gegenseitig zu unterstützen und Hilfe zu holen.

Es geht auch um die Frage, wie sie schrittweise von ihren Eltern unabhängig werden können, welche Ziele sie für das eigene Leben haben und wie sie diesen Zielen näher kommen können. Regelmäßig werden die Geschichten unterschiedlichster Frauen vorgestellt, Künstlerinnen und bekannte Frauen aus allen Gesellschaftsschichten mit und ohne Behinderung. Sie können als Vorbilder und Modelle dienen. Die Frauen stellen oft fest, dass die Themen und Probleme, die diese Frauen beschäftigen, genau die gleichen sind, wie ihre eigenen. Beim Malen oder mit anderen kreativen Methoden können die Frauen ihre Gefühle ausdrücken und einfach zur Ruhe kommen. Oft ergeben sich dann intensive Gespräche ganz nebenbei oder es wird auch mit Freude gemeinsam gesungen.

Auf den Wochenend-Seminaren werden einzelne Themen intensiv bearbeitet. Es ist Zeit, sich anders zu begegnen, Konflikte auszutragen und auch mal Raum für Einzelgespräche. Hier haben die Frauen regelmäßig Yoga mit einer Lehrerin auf eine Art und Weise, dass alle es lernen können. Yoga hilft den Frauen sehr, sich selbst und ihren Körper wahrzunehmen und sich zu entspannen.

Auch die starken Frauen beschäftigen Fragen über ihren Körper, ihre Sexualität und ob sie mal Kinder bekommen werden. Hierfür besucht die Gruppe das Familienplanungszentrum, wo genau auf ihre Fragen, Sehnsüchte und Ängste eingegangen werden kann.

Seit einiger Zeit, haben die Frauen den Wunsch geäußert, sich auch außerhalb der gewöhnlichen Zeiten und Standorte zu treffen, um miteinander auszugehen und sich im kulturellen Leben zu bewegen. Gemeinsam haben sie entschieden, was sie genau machen wollen und waren zusammen in der Disco, im Theater und im Kino.

Und stets tauchen neue Fragen auf, die bearbeitet werden wollen:

Wie hole ich mir Hilfe in der Öffentlichkeit?
Wie kann ich abends sicher unterwegs sein?
Was mag ich nicht und wie sage ich es?
Wie sage ich, was ich mir wünsche?
Wie schütze ich mich im Internet?
Will ich Kinder?

Und vieles mehr.

„Die starken Frauen“ sind die Pilotgruppe bei KIDS Hamburg e.V. Das Konzept wird stetig weiter entwickelt und verfolgt das Ziel, die Selbstbestimmung der Frauen immer weiter zu erhöhen. Inzwischen gibt es bei KIDS Hamburg e.V. bereits drei weitere Mädchen- bzw. Frauengruppen und auch zwei Jungs- bzw. Männergruppen, die sich speziell an den Bedürfnissen der Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Behinderungen orientieren. Das Konzept findet auch Interesse im gesamten Bundesgebiet.

Mädchengruppe III

Von Annette von Dobschütz und Sarah Mühlenhardt, Gruppenleiterinnen

Im März und April 2016 kamen zwei Wendotrainerinnen in unsere Gruppe und übten mit Mädchen Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Die beiden Trainerinnen gingen auf die Bedürfnisse der Mädchen ein und füllten die insgesamt acht Stunden mit Spielen, Übungen, Rollenspielen, Gesprächen und Entspannungsphasen. Diese beiden Tage haben den Mädchen und uns viel Spaß gemacht. Die thematischen Schwerpunkte der Gruppe, wie Grenzen zu setzen, „Nein“ zu sagen, ein „Nein“ vom Gegenüber anzunehmen und sich für seine Bedürfnisse einzusetzen, wurden in diesen Stunden in neuer Form wieder aufgenommen.

Das sagen unsere Mädchen dazu:

„Wir haben gelernt eine richtige Faust zu machen.“ Marlen

„Mir hat es Spaß gemacht, das große Kissen mit der Faust herunter zu schlagen.“ Mia

„Ich mochte die Rollenspiele und das „Stop“ und „Nein“ sagen.“ Mia

„Mir gefiel die Entspannung und Massage.“ Isabell

„Ich fand das laute Schreien ganz toll!“ Selina

Bei unseren Treffen wird immer wieder deutlich, wie stark die Mädchen sich mit dem Thema Freundschaft auseinandersetzen. Dabei geht es um die eigene Stellung in der Gruppe, um die Klärung von Konflikten und um das unterschiedliche Empfinden von Nähe und Distanz. Die offenen Gesprächsrunden ermöglichen den Mädchen miteinander in Resonanz zu gehen. Alleine oder mit unserer Hilfe finden sie Lösungen und geben sich Ratschläge. Toll ist, dass die Mädchen sich gegenseitig vertrauen und meistens respektvoll miteinander umgehen.

Wir sind die FLIPPERGIRLS!

Von Inge Kiesbye, Mutter

Lena G., Seyma, Pia, Carlotta, Hannah, Lena K., Amelie und Lisa – diese acht Mädchen zwischen 13 und 15 Jahren sind die Flippergirls. Es gibt sie seit Mai 2014!!! Es ist die vierte Präventionsgruppe gegen sexuellen Missbrauch und für aktive Selbstbestimmung von Mädchen mit Handicap, die unter dem Dach von KIDS Hamburg e.V. läuft.

Die Mädchen treffen sich einmal im Monat. Sonntags ist Mädchengruppenzeit von 10:30 bis 14:30 Uhr gemeinsam mit den Teamerinnen Diane Henschel und Christiane Scheinhardt. Zweimal im Jahr findet in der Regel eine Gruppenreise statt. Bislang war das Reiseziel immer das Rittergut in Wiegersen in der Nähe von Buxtehude. Hier erleben sich die Mädchen von Freitag- bis Sonntagnachmittag ganz ohne die Eltern. Das genießen sie alle in vollen Zügen!!! Es schafft Freiraum für Mädchen und Eltern.

Bei den Gruppentreffen erzählen sich die Mädchen, was sie in der Zwischenzeit erlebt haben. Sie lernen von ihren Erlebnissen und Gefühlen zu berichten. Es gibt viele Übungen, Lieder, Rollenspiele usw., in denen die Mädchen sich ausprobieren, in denen sie üben „nein“ zu sagen, wenn sie etwas nicht möchten. Das Erlernen von Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung spielt eine große Rolle und findet in vielen spielerischen Aktivitäten Platz. So haben die Mädchen beispielsweise jetzt im Frühjahr 2016 einen Wendo-Workshop gemacht und in Folgesitzungen dort Gelerntes vertieft. Sie machen Yoga, sie bekommen eigentlich immer ein Märchen erzählt (Diane Henschel ist auch Märchenerzählerin und Puppenspielerin). Es wird mit viel Zeit gegessen, es wird gesungen, gemalt, Theater gespielt, sich verkleidet und getanzt..... sie haben jede Menge Spaß zusammen!

Diane Henschel fügte noch folgende wichtige Aspekte hinzu: „Die Mädchen wagen sich gemeinsam ins Abenteuer Pubertät. Sie sprechen über all das, was sich gerade bei ihnen verändert: den Körper, die Gefühle und den Wunsch, mehr und mehr selbst zu bestimmen und sich dabei auszuprobieren. Dabei unterstützen wir sie. Für manches Neue finden sie noch keine Worte, aber sie können sich mit Farben und Bewegung ausdrücken. Oder das Neue in Geschichten verpacken und spielen oder erzählen. Wir schauen gemeinsam mit den Mädchen, was ihnen gut tut. Es ist einfach eine tolle Gruppe und es macht Spaß, die Mädchen zu begleiten.“

Diese Gruppe gibt auch für uns Eltern einen guten Rückhalt in der schwierigen Phase der Pubertät. In

der Regel treffen wir uns zweimal jährlich zum Elternabend. Dort können wir von den aktuellen Entwicklungen, Freuden und Schwierigkeiten mit unseren besonderen Mädchen berichten und uns austauschen und beraten. Gleichzeitig berichten die Teamerinnen davon, was sie mit den Mädchen machen und wie sie sie wahrnehmen und erleben.

Wir Eltern haben alle den Eindruck gewonnen, dass unsere Mädchen sehr viel gelernt haben über sich und im Miteinander mit anderen – im wahrsten Sinne des Wortes SELBST – BEWUSSTSEIN!

Wochenendfahrt – die V.

Von Aruschan Wartumjan

Zu inzwischen gewohnter Zeit startet unsere Reise am Freitagnachmittag. Die Sonne wagt sich in Hammerbrook zwischen den Hochbauten hervor und lässt unseren Treffpunkt auf dem Bahnsteig erstrahlen. Dieses Mal sind die „Wilden Kerle“ in etwas kleinerer Runde, da einige Jungen anderweitige Termine haben. Dies tut der Stimmung allerdings keinen Abbruch. Lediglich Konsti überkommen beim Abschied die Tränen. Laut schluchzend hallt es über den gesamten Bahnsteig. Wenige Minuten später in der Bahn ist davon dann nichts mehr zu spüren. Konsti ist ganz „der Alte“ und dirigiert die anderen Jungen auf ihre Plätze.

Wir besprechen mit den Jungs, dass wir gern ein großes Gruppenzimmer für alle einrichten würden, damit alle fünf Jungen zusammen in einem Zimmer übernachten können und wir die Gruppe nicht teilen müssen. Die Jungen sind begeistert von der Idee und freuen sich auf ihr Gruppenzimmer. Sean äußert, dass er es sehr schade findet, dass Fabian, Dominik und Erik diesmal nicht mit dabei sind.

In Buxtehude heißt es wie gewohnt umsteigen. Sean und ich klappern die Busfahrpläne ab, um nach unserem Bus zu suchen. Es ist jetzt schon die fünfte Fahrt, aber irgendwie vergesse ich jedes Mal die Busnummer unseres Busses – 2035 nach Revenahe...

Im Bus nickt Konsti ein, Sean unterhält sich mit Jascha und Denis, Maxi und Serge haben viel Spaß beim Rumalbern ohne dabei müde zu werden.

Gegen 18:30 erreichen wir dann das Rittergut. Die Jungen marschieren selbständig von der Bushaltestelle voran – sie kennen den Weg auswendig. Und

haben auch die Abläufe verinnerlicht: Die Schuhe unten in der Halle ausziehen und stehen lassen, die Gastgeber begrüßen, die Koffer auf die Zimmer bringen – und dann: Betten beziehen. Dies gelingt ebenfalls sehr gut. Die Jungen werden von uns dazu ermutigt, sich auch untereinander zu helfen und dem ein oder anderen zeigen wir noch mal die Tricks beim Betten beziehen, dann setzen sie es allein um. Wir machen nebenher ein paar Schnappschüsse vom Betten beziehen. Maxi sagt sehr deutlich, dass er nicht fotografiert werden möchte, da er sich auf das Betten beziehen konzentrieren möchte. Wir melden ihm dies positiv zurück und halten das als mögliche Szene für die Videoclips fest.

Da dieses Mal nur fünf Jungen mit auf der Fahrt sind, richten wir, wie auf der Bahnfahrt besprochen, ein großes Gemeinschaftszimmer für die „Wilden Kerle“ ein. Dazu machen wir etwas Platz und tragen ein fünftes Bett ins Zimmer. Wir warten noch auf Christian, der direkt von der Uni eine Stunde nach uns

anreist, und begeben uns dann, als die „Wilden Kerle“ für dieses Wochenende komplett sind, hinunter zum Abendbrot essen. Es gibt leckeren Nudelauflauf und Salat zum Abendbrot. Wir stärken uns ausgiebig und genießen die entspannte Atmosphäre. Konsti spielt nach dem Essen die Champions League Auslosung nach. Anschließend singen wir noch eine Runde Happy Birthday für Konsti – nachträglich. Konsti wiederum verwettet sein Familienerbe darauf, dass er älter ist als Toni Kroos.

Danach machen wir uns bettfertig, da sich einige Jungen bereits die müden Augen reiben. Denis und Maxi gehen schlafen. Konsti, Sean und Serge wollen noch eine Runde Werwolf spielen. Wir tun dies als altbekanntes Ritual vor dem Schlafen gehen.

Konsti erwähnt kurz, dass er seine Mutter vermisse. Serge vermisst seinen Vater. Wir besprechen mit den beiden, dass dies nun eine große Aufgabe in ihrem Alter sei – von Menschen, die man liebt und die einem wichtig sind auch mal eine Zeit getrennt zu sein. Wir wünschen uns noch eine gute Nacht – dann tritt unmittelbar Ruhe ein auf dem Rittergut.

Gegen 8:30 am nächsten Morgen kehrt allmählich wieder Leben ein. Unten richtet Fabrizio das Frühstück an, oben liegt noch der ein oder andere todmüde im Bett. Nacheinander machen die Jungen sich fertig – und ziehen ihre Sportsachen an. Wir stärken uns beim Frühstück. Brötchen, Kaffee, Butter, Nutella, Marmelade, Käse.

Airbus Operations GmbH und die IKEA- Stiftung

haben mit großzügigen Spenden dazu beigetragen, dass KIDS Hamburg e.V. die Präventionsarbeit gegen sexuellen Missbrauch fortführen und ab 2017 eine neue Mädchengruppe und eine weitere Jungengruppe anbieten wird.

Dafür möchten wir an dieser Stelle sehr herzlich danken!

Denis ist der erste, der fertig ist, und stöbert in einem Pubertätsbuch, während er auf die anderen wartet. Wir brechen auf zum lokalen Sportplatz. Das Wetter meint es gut mit uns und beschert uns viel Sonne. Ananda, Fabrizios Sohn, der inzwischen selbst in der Pubertät angekommen sein dürfte, freut sich, uns zu begleiten und am gemeinsamen Fußballspiel teilzunehmen. Wie gewohnt fließt viel Schweiß und alle sind sehr motiviert bei der Sache. Der Platzwart war ein Maulwurf und der Platz dementsprechend umgegraben. Es fallen viele Tore und es gibt viel Grund für Jubel und Beifall. Da es allen schwer fällt, den Schlusspfiff zu akzeptieren, einigen wir uns darauf, noch eine dritte Halbzeit dran zu hängen. Einer der Höhepunkte des Spiels ist ein Kopfball von Christian, den Denis mit einem Körperteil pariert, das normalerweise Inhalt von Pubertätsbüchern ist.

Nach Abpfiff fangen wir an, einige Szenen für unser Video zu drehen. Die Szenen sollen sich um Selbstbehauptung und Selbstbestimmung drehen und werden von den Jungen gespielt. Dann wird es allerdings höchste Zeit fürs Mittagessen, da alle hungrig und erschöpft sind und die Zeit weit vorangeschritten ist. Wir weichen von unserem gewohnten Plan ab und besprechen mit den Jungen, dass wir erst Mittagessen und dann in einer ausgedehnten Mittagspause die Zeit zum Duschen finden werden.

Zum Mittag gibt es Kartoffeln, Auberginen und Tomaten. Und Spargelsuppe! Alle Jungen finden sie ausgesprochen lecker und essen mehrere Teller. Zum Nachtisch gibt es leckeres Eis. In der anschließend wohlverdienten Ruhepause nickt der ein oder andere ein und lädt die Batterien auf.

Nachdem jeder geduscht hat, geht es weiter mit unserem Videodreh auf dem Rittergut. Teilweise geht das Schauspielern den Jungen sehr leicht von der Hand, teilweise müssen wir manchmal an die „Story“ erinnern, weil sich das dargestellte Schauspiel dann allzu frei entfaltet. Die Jungen setzen die besprochenen Inhalte jedoch sehr gut um und wir sammeln eine ganze Anzahl gelungener Szenen, die Jascha noch am selben Abend zu schneiden und zu bearbeiten beginnt.

Gegen 19:00 ist dann Feierabend für die Jungen und jetzt steht Entspannen auf dem Programm. Wir machen die Sportschau an und schauen in gemütlicher Männerrunde Fußball. Dazu gibt es Fassbrause, die wir für die Gruppe besorgt haben. Konstantin hat Schokoriegel mitgebracht, die bei der Gelegenheit geöffnet werden. Nach dem Abpfiff gibt es Pizza zum Abendbrot. Die ist wie gewohnt lecker und alle schlagen sich den Bauch voll.

Anschließend treffen wir uns alle im Gemeinschaftszimmer. Die Jungen möchten gern noch ein paar Runden ihres heißgeliebten Werwolfspiels spielen. Die Atmosphäre ist sehr heiter und es wird viel gelacht. Auch Maxi und Denis, die sich eigentlich bereits in ihre Betten verabschiedet haben, gesellen sich wieder dazu.

Wir erklären den Jungen, dass man bei diesem Spiel „pokern“ und seine Gefühle für sich behalten muss, da man sich sonst verrät und das Spiel dann nicht so spannend und erfolgreich verläuft. Es fällt den Jungen sichtlich schwer das umzusetzen. Nach einigen Runden stellt sich jedoch ein Lerneffekt ein. Wir beobachten, wie die Jungen versuchen die Vorgaben umzusetzen und es ihnen erfolgreich gelingt, ihre Freude oder ihre Enttäuschung über bestimmte Karten und Rollen im Spiel nicht nach außen zu zeigen.

Das sonntägliche Ausschlafen geht bis ca. 8:30. Da wir alle unsere Betten abziehen und Koffer packen,

beginnt das gemeinsame Frühstück erst gegen 10:00. Wir begutachten den Stand des Videos und die Jungen sind teilweise sehr angetan von ihren schauspielerischen Leistungen. Anschließend wollen wir die restliche Zeit nutzen, um noch weitere Szenen zu unserem Video hinzuzufügen.

Wir stärken uns mittags noch mit Reis, Gemüse und Salat und verabschieden uns von Anya und Fabrizio – dann wartet auch schon das Taxi auf uns. In Buxtehude warten wir einige Zeit in der bereits am Bahnsteig stehenden Bahn. Leider in der falschen, eine andere Bahn ist früher abgefahren, wodurch sich unsere Abreise um eine halbe Stunde verspätet hat. Aber kein Problem: Ein gelungenes Wochenende verlängert man gern.

Sport

Unified Sports®-inklusiver Wettkampfsport?

Von Wibke Curdt

Beginnen möchte ich mit einem persönlichen Bericht, bevor ich Ergebnisse meiner Studie, welche ich 2012 durchgeführt habe, darstelle und in einigen Punkten diskutiere.

Von 2006 bis 2009 war ich wöchentlich in unterschiedlichen Sportgruppen tätig. Einerseits trainierte ich eine Gruppe „Fußballkinder mit Handicap“ (wie die offizielle Bezeichnung des Vereins ist/war). Andererseits gab ich integrative und sozusagen Regelschwimmkurse. In dieser Zeit war es mein Anliegen, individuell auf die Kinder und Jugendlichen einzugehen, Beziehungen aufzubauen und inhaltliche wie soziale Kompetenzen, Fertigkeiten wie Fähigkeiten zu vermitteln. Durch die SportlerInnen, insbesondere durch die Fußballgruppe, wurde ich immer wieder zum Nachdenken angeregt. Denn diese unterschied sich von der Schwimmgruppe in dem Punkt, dass sie eine Mannschaftsportart trainieren und unbedingt lernen wollte. Gewohnte und bekannte Übungen passten manchmal nicht, wurden von den Kindern nicht aufgegriffen. Immerzu wurde es wichtig, neben den Einzelübungen, eine Gruppe zu bilden bzw. ein Team zu werden.

Parallel machte ich mir Gedanken dazu, wie in integrativen Mannschaftssportgruppen am Beispiel Special Olympics Unified Sports® (vgl. SOD o.J.) sowohl das Team, als auch die einzelnen SportlerInnen trainiert und sowohl die Leitidee der Integration bzw. Inklusion als auch die Komponente des (Wettkampf-) Sports – der Sieg-Niederlage Code – zusammen gedacht werden könnten. Ich stellte mir für meine wissenschaftliche Untersuchung die Forschungsfrage, wie Heterogenität und Gemeinsamkeiten hergestellt werden. Einerseits wollte ich den viel diskutierten Begriff der Heterogenität als Beachtung der Unterschiede, aber auch die mir aus den praktischen Erfahrungen so wichtig erscheinende Entwicklung eines Teams, die Herstellung von Gemeinsamkeit aufnehmen.

Die Ergebnisse führten mich, einem radikalen Verständnis von Inklusion folgend , zu dem ersten Fazit, dass wettkampforientierter integrativer Sport am Beispiel Unified Sports® vor einem Dilemma zwischen den Werten der Inklusion und jenen des Sports steht und dieses vielfach nicht inklusiv gelöst wird. Diese Vereinfachung darf nun keineswegs so stehen bleiben, einerseits damit ich nicht missverstanden werde, andererseits, da sich in den Teams vielfältige Potenziale auftun, um Unified Sports®, aber auch den inklusiven Sport weiter zu entwickeln.

Zur Erklärung sollen ausgewählte Ergebnisse angeführt werden:

1. Gemeinsamkeiten der SportlerInnen sind, so konnte analysiert werden, Erlebnisse auf den Turnieren und die gemeinsam akzeptierten und praktizierten sportartspezifischen Regeln. Einige Teams verbindet darüber hinaus, dass sie in den Aspekten Alter, Geschlecht und Leistung annähernd homogen sind, gemeinsame Ziele haben und sich gegenseitig unterstützen. SportlerInnen, die an den letztgenannten Teams teilnehmen möchten und der Homogenität nicht entsprechen, haben es schwer, integriert zu werden und sich zu integrieren.
2. Unterschiede zwischen den SportlerInnen sind
   a. einerseits vielfältige und differente Erfahrungen. Einige SportlerInnen trainieren neben Unified Sports® in anderen Gruppen (im Sportverein oder in der Werkstatt), einige Sportlerinnen trainieren als Frau im Männerteam und haben sich mit der Differenz der Geschlechter auseinanderzusetzen, in anderen Teams ist das Alter der SportlerInnen sehr unterschiedlich und wieder andere, möchten insbesondere den AthletInnen (SportlerInnen mit zugeschriebener geistiger Behinderung) helfen, sie unterstützen und ins Spiel einbinden. Dieser Vielfalt begegnen die Teams auch, indem sie die Unterschiede ansprechen und sich zuhören.
   b. Unterschiede zwischen den SportlerInnen verlaufen andererseits gruppenübergreifend entlang differenter Absichten: AthletInnen verbinden mit Unified Sports® sportliche, PartnerInnen (SportlerInnen ohne Behinderung) auch und teilweise insbesondere soziale Absichten.

Die Ergebnisse zeigen, dass es sowohl bei der Herstellung von Gemeinsamkeiten, als auch bei der Herstellung von Unterschieden zu Herausforderungen und Potenzialen im Sinne der Inklusion kommt.

Neben der Erkenntnis, dass innerhalb der Sportgruppen die Teilung in Menschen mit und ohne Behinderung reproduziert wird und diese scheinbar mit festen Einstellungen auf gesellschaftlicher, institutioneller und interaktioneller Ebene zusammenhängen (vgl. Cloerkes 2007, 103f.), möchte ich hier allein die Potenziale aufzeigen.

Die Mannschaften, welche das gemeinsame Handeln realisieren, verdeutlichen, wie wichtig es ist, gemeinsame Ziele zu haben und sich gegenseitig zu unterstützen. Turniere konnten übergreifend in allen Sportgruppen als wichtiger Aspekt für die Entwicklung eines Teams entdeckt werden. Die Mannschaften, in welchen die Unterschiede im Vordergrund stehen zeigen, dass diese zu beachten, zu erkennen sind, um zunächst anerkennend mit ihnen umzugehen, differente Perspektiven und Erfahrungen zu verstehen. Sowohl Unified Sports® als auch der inklusive Sport haben in der Qualifizierung von TrainerInnen und ÜbungsleiterInnen, aber auch in der Entwicklung und Überarbeitung von Konzepten zu beachten, dass die Entwicklung eines Teams ebenso bedeutsam ist, wie die individuelle Förderung, dass die Frage (auch in den Sportgruppen) zu klären ist, welche Unterschiede vorhanden sind und wie mit diesen umgegangen werden soll. Neben den sportlichen scheinen soziale, im Team diskutierte und festgelegte Regeln wichtig, um sich im Prozess der Integration, im wettkampforientierten Sport weiterhin dem Ziel der Integration bzw. Inklusion anzunähern.

Die Autorin
Wibke Curdt
ist Promovendin Universität Leipzig
Dipl. Pädagogin

Tätigkeiten u.a.:
2006-2009:
ÜL in diversen Sportvereinen
2006-2009:
Mitarbeiterin bei Special Olympics Hamburg
2009-2011:
Wissenschaftliche Hilfskraft Universität Leipzig
2012-2015:
Wissenschaftliche Mitarbeiterin Uni Bremen

Quellen:
Cloerkes, G. (2007): Soziologie der Behinderten. Eine Einführung. Heidelberg: Winter Verlag.
Prengel, A. (2006): Pädagogik der Vielfalt. Verschiedenheit und Gleichberechtigung in interkultureller, feministischer und integrativer Pädagogik. 3. Auflage. Wiesbaden: Vs Verlag für Sozialwissenschaften.
Special Olympics Deutschland (o.J.): Gemeinsamer Sport von Menschen mit und ohne geistige Behinderung. Online unter: http://specialolympics.de/fileadmin/user_upload/Sport/Unified_Sports/01_SOD_Unified_Flyer_2015_web.pdf (Zugriff am 15.6.2016).

1) Einem radikalen Verständnis von Inklusion folgend, müssten die wettkampforientierten Sportgruppen u.a. für alle SportlerInnen, die es wünschen, offen zugänglich sein, jeder dürfte teilnehmen. Alter, Geschlecht, Leistung und Behinderung dürften keine Rolle spielen (vgl. Prengel 2006).

10 Jahre Fußball bei Grün-Weiß-Eimsbüttel

Von Maren Wögens

Als unser Sohn Erik acht Jahre alt war, wollte er unbedingt in einen Fußballverein eintreten. Ich habe mich dann auf die Suche gemacht nach Fußballvereinen, die bereit sind, Menschen mit geistiger Behinderung aufzunehmen. Nach einem halben Jahr war es dann soweit: Der Sportverein Grün-Weiß-Eimsbüttel stellte eine Halle zur Verfügung und so begann im Dezember 2005 das erste Training mit fünf Jungen mit unterschiedlicher geistiger Behinderung und einem Trainer. Nach und nach kamen immer mehr Spieler dazu. Heute gibt es zwei feste Mannschaften mit 10 bis 15 Spielern, die von zwei wunderbaren Trainern angeleitet werden.

In Eriks Mannschaft gibt es sowohl Spieler, die von Anfang an dabei sind, als auch junge Vereinsmitglieder. Gemeinsam sind sie mit großem Einsatz und Freude am Trainieren. Sie laufen sich warm, machen Übungen zur Verbesserung der Spieltechnik, üben das Zusammenspiel und zum Schluss gibt es immer eine Spielphase. Innerhalb der Mannschaft sind die Talente unterschiedlich, es gibt Langsame und Schnelle, Ehrgeizige und Entspannte, Hitzköpfe und Beschwichtiger, Spieler, die die Spielabläufe verstehen, und andere, die dieses weniger tun. Dennoch sind alle ihren Fähigkeiten entsprechend dabei und werden von der Gruppe akzeptiert und getragen. Es wird richtig Fußball gespielt und etwa zweimal im Jahr wird dieses auf Turnieren für Menschen mit geistiger Behinderung unter Beweis gestellt. Das sind dann die Highlights, denen alle entgegenfiebern.

Von Anfang an war es nie mein Ziel, Erik in einer inklusiven Fußballmannschaft unterzubringen und das oben beschriebene gute Funktionieren in einer

Sondergruppe, hat mich noch einmal darin bestätigt. Für mich ist es schwer vorstellbar, wie in einer inklusiven Gruppe alle Beteiligten zu ihrem Recht kommen sollen. Auf der einen Seite die Menschen mit Behinderung, die sich noch so anstrengen können und doch das Niveau nichtbehinderter Spieler nicht erreichen können. Auf der anderen Seite die nichtbehinderten Spieler, die aus der Betreuerrolle nicht herauskommen, und ihr spielerisches Können und ihr Talent in vielen Situationen nicht voll ausleben können, da sie ja die Menschen mit Behinderung nicht im Regen stehen lassen wollen. Ich zumindest sehe keine Lösung für dieses Dilemma und bin froh, dass Erik in den Jahren in seiner Mannschaft ein guter Fußballer geworden ist, der zu Recht stolz auf sich sein kann, sich weiter entwickelt und an Selbstvertrauen dazu gewonnen hat.

Sport inklusiv oder exklusiv?

Von Heike Wenninger

Ich finde die Frage ist spannend, finde sie aber, wie so oft im Leben, so einfach nicht zu beantworten. Ich finde, es kommt auf die Situation an, und warum nicht sowohl als auch?

Jakob war ja schon über dreieinhalb Jahre alt, als er das Laufen lernte. Ich bin in der Zeit davor mit ihm schon zum Eltern-Kind-Turnen bei regulären Turnvereinen gegangen, zunächst in Bergedorf, und habe damit positive Erfahrungen gemacht. Wir sind nach unserem Umzug nach Iserbrook auch hier im Komet Blankenese gut aufgenommen worden. Eine Leiterin sagte sehr herzlich bei unserem ersten Besuch als Jakob schon fast drei Jahre alt war und ja immer noch nicht laufen konnte, dass wir selbstverständlich trotzdem mitmachen könnten. Ich stolperte zwar innerlich über das „trotzdem“, aber letztlich ist es eben ein Ausdruck der Realität, dass es zwar Eltern-Kind-Turnen heißt für Kinder ab 1-3, damit aber in der Regel von normal entwickelten Kindern ausgegangen wird und daher so ein Fall eine Ausnahme ist.
Er ist noch immer dort im Verein, inzwischen schon lange ohne meine Begleitung. Er ist nun als großer „Helfer“ mit neun Jahren in einer Turngruppe für Kinder bis sechs Jahre.

Alles in allem verläuft das alles sehr unproblematisch. Ich finde ihm tut die Bewegung gut, er würde ohne das Angebot sicherlich diese Zeit Musik hörend in seinem Zimmer verbringen. Ich bin der Leiterin der Gruppe sehr dankbar, das sie ihn mit in der Gruppe lässt, obwohl sein Alter nicht passt, denn von der Geschicklichkeit ist er dort genug gefordert und die Zeit und der Ort passen uns sehr gut.

Jakob nimmt als weiteres Bewegungsangebot am Circus-Training des Circus Mignon teil.
Auch hier haben die Trainer am Anfang bei meiner Anfrage gesagt, sie würden es mit ihm einfach mal ausprobieren. Hier ist Jakob mit Kindern seines Alters zusammen und auch dort ist er in seiner Gruppe das einzige Kind mit einer deutlich sichtbaren Behinderung. Es klappt dort sehr gut und Jakob geht sehr gerne hin. Er hat nun auch schon an Aufführungen teilgenommen als Akrobat und Clown.
Als Akrobat war es für ihn vor allem eine große Leistung sich in dem Ablauf der Gruppenchoreographie zu Recht zu finden und als Clown konnte er mit einem kleinen Solo glänzen. Alles in allem bin ich sehr dankbar mit Jakob, wie er es schafft an solchen Gruppen teilzunehmen, ohne dass die Trainer sich beschweren, dass es nicht gehen würde.

Ich glaube es ist eine Mischung aus allem: Wir haben bestimmt einfach großes Glück mit den Trainern und dann glaube ich ist es eine Fähigkeit von Jakob, sich einigermaßen in Gruppen eingliedern zu können (ok, klappt nicht immer, aber grundsätzlich kann er es:-). Mir kommt es bei diesen Angeboten sehr darauf an, dass Jakob sich bewegt, sie sich zeitlich gut in den Wochenablauf einfügen und sie vor Ort sind. Wir wohnen in Fußnähe zur Turnhalle und dem Circus und das vereinfacht das Leben sehr. Jakob kann nun sogar alleine von zu Hause aus zum Circus-Training gehen.

Jakob wird seit dem Kindergarten schon von einem Bus abgeholt. Das ist für mich sehr praktisch, hat aber den Effekt, dass Jakob aus dem Haus raus einen Weg von 30 Metern zurücklegt bis er in den Bus steigt, um dann wiederum vom Bus direkt in die Schule zu laufen. Viel Bewegung ist da nicht. Daher finde ich es wichtig, dass Jakob in seiner Freizeit regelmäßige Bewegungsangebote hat.

Da Jakob in seiner Schule ausschließlich mit Kindern mit Förderbedarf zu tun hat, finde ich es eine gute Erfahrung in seinen Hobbies ihn, so lange es geht, in Angebote zu schicken, die vor allem für normale Kinder sind. Wobei ich darauf nicht fixiert bin. Eine Zeitlang hat Jakob bei einer Fußballgruppe, an der hauptsächlich Kinder aus seiner Schule teilnehmen, teilgenommen und auch das fand ich gut, nur fügte es sich für uns nicht so geschickt in den Wochenablauf ein und daher wurde die regelmäßige Teilnahme mir persönlich zu anstrengend.
Ich finde es sowieso schade, dass Sportangebote von Vereinen meist recht spezifisch sind. Meinem Eindruck nach gibt es nach der Schulzeit für Erwachsene wenig breitangelegte Angebote. Ich selbst bin froh, dass ich Sport an der Schule unterrichte. So komme ich regelmäßig in den Genuss einfache Lauf- und Ballspiele mitzuspielen, in denen es nicht so sehr auf Leistung ankommt, sondern einfach der Spaß im Vordergrund steht. Darauf sollte es doch hauptsächlich ankommen, denn wenn ich mich selbst und auch meinen Sohn anschaue weiß ich ja, ohne Spaß ist Leistung nur sehr mühsam zu erringen.

Inklusion ist mir egal – Hauptsache Willi kann mitmachen

Von Birte Müller

Freizeitaktivitäten für ein Kind wie Willi zu finden ist schwierig. Als er noch sehr klein war, haben wir eine Weile einen „Musikgarten“ besucht. Das mochten Willi und seine kleine Schwester Olivia gleichermaßen und es fiel damals noch nicht so auf, dass Willi altermäßig der Größte war, entwicklungsmäßig aber selbst hinter dem jüngsten der anderen Kinder weit zurücklag. Es wurden Lieder gesungen, getanzt und mit Tüchern und Klanghölzern gespielt. Aber es war schwierig, wenn ich nur mal mit Olivia auf die Toilette musste, da ich Willi schon damals nicht für zwei Minuten aus den Augen lassen konnte. Ich empfand die Stunde als sehr anstrengen, denn ich musste aufpassen wie ein Schießhund, dass Willi niemanden umschubste, nicht an das Klavier oder die Gitarre ging oder anderen Kindern Klanghölzer an den Kopf warf.

Einige Zeit später machte ich mich auf die Suche nach einer integrativen Kinderturngruppe, denn ehrlich gesagt wurden mir die Tage mit beiden Kindern zu Hause SEHR lang. Ich stellte fest, dass das Angebot für behinderte Kinder minimal war. Die einzige integrative Gruppe des Walddörfer Sportvereins traf sich in einer Halle, die mir zu weit entfernt war. Der Gedanke, mal in einer „ganz normalen“ Gruppe nachzufragen, ob Willi dort mitmachen könnte, kam mir erst ein Jahr später und ich wunderte mich damals über mich selber.

Tatsächlich hatte die Übungsleiterin einer Mutter-Kind Turngruppe in unserer Nähe nichts dagegen, dass Willi käme, solange es keine Probleme mit den anderen gäbe– ganz einfach. Ich war glücklich und dachte damals: Ja, genau, DAS ist Inklusion!

Aber es gab Probleme. Es war ein enormer Kraftakt für mich, mit beiden Kindern zum Turnen zu gehen. Allein in den paar Sekunden, die ich brauchte um meiner Tochter die Straßenschuhe auszuziehen und die Turnschuhe anzuziehen, war Willi weggelaufen, hatte geschubst, anderer Leute Sachen durcheinandergebracht, war im Geräteraum oder durch den Notausgang verschwunden und hatte mindestens zwei Babys ihre Schnuller geklaut von denen mir dann noch mindestens eine Mutter sagte, er solle das Baby bitte nicht anfassen ... Ich bat bei den anderen Müttern nicht um Hilfe und bekam auch keine. Die meisten ließen weiter die Tür der Halle offen, legten ihre Brotdosen und Kekspackungen gut sichtbar auf die Bänke und machten mich darauf aufmerksam, wenn Willi vorgedrängelt oder gehauen hatte. Die Betreuer schenkten Willi nicht mehr oder weniger Aufmerksamkeit, als jedem anderen Kind, wodurch er die Bewegungsangebote im Prinzip nicht wahrnehmen konnte: Er muss langsam an Neues herangeführt werden, er muss stark motiviert werden, etwas zu probieren und um sich zu trauen– «schnell schnell» hintereinander weg ist für ihn nicht möglich. In einer Schlage warten konnte Willi auch nicht und der Hinweis, dass „so ein Kind“ das auch lernen muss war für mich wenig hilfreich. Ich habe Willis Behinderung beim Turnen nie erklärt oder thematisiert, und ich hätte ja auch nicht mal eine halbe Minute Zeit gehabt darüber zu reden, weil ich sehr gut damit ausgelastet war, Willi festzuhalten, ihn zu ermahnen, zu ermutigen oder hinter ihm her zu rennen. Wenn er mal etwas selbst beschäftigt war, widmete ich mich sofort Olivia, sie hat ja auch Bedürfnisse! Oft brach ich auf dem Rückweg vom Turnen in Tränen aus.

Natürlich gab es auch ein paar sehr nette Mütter, die Verständnis für Willis Verhalten hatten, und dafür, dass ich keinen geraden Satz mit ihnen reden konnte– sie brauchten keine Erklärungen. Als ich es nicht mehr schaffte beide Kinder allein beim Turnen zu handeln, gingen meine Eltern noch etwa ein Jahr lang mit ihnen zu zweit in die Gruppe, bis es endgültig unmöglich wurde– Willi war einfach zu groß, schnell und zu

kräftig. Für mich war die ganze Sache deprimierend, denn mir war klargeworden, dass das ja doch gar keine Inklusion gewesen ist!

Das hätte ich bei dem Satz: „Solange es keine Probleme mit den anderen gibt“ eigentlich auch schon wissen können. Auf der einen Seite gab es Willi und „die anderen“ auf der anderen Seite. Wenn es nicht klappt, kann Willi nicht kommen, ganz einfach.

Willi wurde in der Turngruppe zwar geduldet, aber um wirklich teilhaben zu können, hätten wir andere Bedingungen gebraucht. Bei den Übungsleitern hätte jemand Willi speziell unterstützen und anleiten müssen. Dafür hätte eine zusätzliche Person dabei sein müssen, die am besten auch schon Erfahrung im Umgang mit besonderen Kindern haben sollte. Und auch die notwendige Aufklärungsarbeit bei den anderen Kindern und Eltern überfordert mich als Mutter in der direkten Situation komplett.

Ich habe dann doch die integrative Gruppe des Sportvereins mit den Kindern besucht.

Vielleicht heißt sie auch inklusiv, ich weiß das gar nicht genau, spielt auch keine Rolle. Es gibt dort im Prinzip nur Kinder mit Behinderungen, lediglich zwei nicht-behinderte Geschwisterkinder und der Sohn der Übungsleiterin wurden eine Zeitlang in die Gruppe integriert. Offensichtlich kommt keiner, außer den Eltern von behinderten Kindern, auf die Idee, sein Kind in eine solche Gruppe zu schicken. Vielleicht ist das Angebot auch nicht reizvoll für sie: Einfach nur Bewegungsangebote und freies Spiel.

Ich habe es wirklich von Herzen genossen, mich zwischendurch auf die Bank setzen zu können und einfach nur zuzuschauen, wie jemand anderes mein Kind bespaßt oder ihm in den Geräteraum oder auf den Parkplatz nachrennt!.

Seit einiger Zeit bleibt Willi allein dort in der Gruppe. Wir haben eine Fahrgemeinschaft und wechseln uns mit der Mutter eines anderen Mädchens aus Willis Schule beim Bringen ab, das ist super. Olivia besucht nun lieber eine Turngruppe, wo sie Radschlagen und Schwebebalken übt, das entspricht jetzt mehr ihren Vorlieben.

Dass zurzeit kein einziges nicht behindertes Kind in Willis Gruppe mitmacht, finde ich gar nicht schlimm, denn ich konnte beobachten, wie die „Nomalos“ sehr viel Aufmerksamkeit der Betreuer auf sich zogen, einfach schon, weil sie verbal in der Lage waren, ihre Bedürfnisse klar zu äußern. Wenn Willi sagen könnte „Ach bitte, bau doch die Tischtennisplatte auf“ und dann auch noch ein paar Bälle hin und her spielen könnte, hätte er auch bessere Chancen seine Wünsche umzusetzen. So bauen sie einfach etwas auf, mit Rutschen, Schaukeln und dicken Matten und begleiten die Kinder bei dem, was ihnen Spaß bringt. „Geübt“ wird nichts.

Willi geht gerne zum Turnen und ich genieße diesen einen einzigen Nachmittag in der Woche, in der er mal eine Weile weg ist. Er ist ja niemals verabredet oder sonst irgendwie aus dem Haus. Bei anderen Kindern mit Down-Syndrom mag es ja so sein, dass man sie auch in „normalen“ Sportgruppen selbständig gehen lassen kann, aber mit Willi wäre man allerorts überfordert und auch Willi wäre sicher überfordert. Er läuft eben nicht einfach mit, er läuft höchstens einfach mal weg. Ich bin deswegen glücklich, dass es diese Spezialgruppe gibt, auch wenn sie dem Konzept der Inklusion natürlich nicht eigentlich entspricht. Aber Konzepte nutzen mir ja auch gar nichts, mir nutzt nur ein Ort, an den Willi gerne geht, wo man sich sogar zutraut ihn ohne Mama an seiner Seite zu betreuen, obwohl er kein Wort spricht und Windeln trägt. Dafür will ich mal DANKE sagen!

Downlaufen e.V.

Von Erik Wögens

Ich bin Erik und ich mache mit bei Downlaufen. Ich bin ein guter Sportler. Ich hab meinen Gesamtrekord eiskalt gebrochen. Das waren 17 Kilometer. Bei 17 Kilometer kann man hinterher eine Mezzo Mix Zero, eine ganze Flasche davon, austrinken. Der Grund dafür ist einfach, dass der Körper so austrocknet.

Ich bin auf dem Weg, den Halbmarathon zu machen.

Bei unserer Lauftreff-Truppe möchte ich auch Trainer sein. Ich selber würde auch vorschlagen, dass man klein anfängt und nicht sofort so hohe Ziele setzt.

In dem Verein sind wir Teilnehmer: Sophie und Florian und ich und andere.

Wir sind beim „Lauf gegen Rechts“ gelaufen, das waren ungefähr 7,2 Kilometer.

Sebastian ist ein sehr guter Trainer, was den Laufstil angeht. Bei Sebastian, da sind wir neulich auch gelaufen und haben gegrillt und Trampolin gesprungen.

Wir wollen noch den „Alsterlauf“ laufen – das ist ein großes Highlight, ein Zehn-Kilometer-Lauf, ein Lauf mit vielen Zuschauern.

Downlaufen e.V.

bietet ein begleitetes Anfängertraining sowie inklusive Laufgruppen für Fortgeschrittene an. Mitmachen können junge Erwachsene mit Down-Syndrom ab 16 Jahren, unabhängig von ihrem Leistungsstand. Ein Team von fünf Laufpartnern und unseren Athleten mit Down-Syndrom findet für alle einen guten Einstieg in das Abenteuer Laufen. Weitere Informationen und Kontaktdaten auf

www.downlaufen.de

Erik → trainiert für den Halbmarathon

Sophie läuft ...

Von Jutta Paepcke

... und das seit fast zwei Jahren bei Mirko Thiessen im Verein Downlaufen e.V. Sie trainiert zweimal pro Woche, einmal in der Stellinger Feldmark und der andere Termin ist auf der Laufbahn des Vereins Blau-Weiß Schenefeld e.V.

Sie hat einen persönlichen Trainer – Laufpartner -, der sie begleitet. Mirko sorgt dafür, dass die Menschen mit Down-Syndrom – Athleten – eine 1:1 Betreuung erfahren. Dafür steht nicht nur er selbst zu Verfügung, sondern auch Freunde und Bekannt, die er mit seiner Begeisterung anstecken konnte.

Am meisten Spaß hat Sophie an den gemeinsamen Aktivitäten. Da treffen sich alle Athleten und Laufpartner, sofern sie Zeit haben, und machen einen Ausflug zusammen, z.B. ins Troparium oder sie fahren gemeinsam mit öffentlichen Verkehrsmitteln noch Ohlsdorf zu Sebastian, um dort zu grillen.

Auch bei Laufveranstaltungen sind die Athleten von Downlaufen e.V. dabei. Dazu gehört der St. Pauli-Nikolauslauf, demnächst der Skyline Run in Georgswerder oder der Inselparklauf in Wilhelmsburg. In den Blicken der Zuschauer oder der anderen LäuferInnen sehe ich oft Anerkennung und Respekt. Und je mehr man sie anfeiert, umso mehr wachsen sie über sich hinaus. Als Kind war Sophie im Schwimmverein und mehrere Jahre in der Shinson-Hapkido-Schule in Altona (Kampfkunst). Sie war dort die einzige mit Down-Syndrom und gut integriert. Mit zunehmendem Alter sind die Unterschiede in der Entwicklung immer größer geworden und, was vielleicht noch wichtiger ist, ihr selbst wurden die Unterschiede bewusst. Sie wollte mit Menschen zusammen sein, die so sind wie sie. Menschen mit Down-Syndrom haben oft eine Muskelhypotonie, wenn sie auf die Welt kommen. Darunter versteht man eine verminderte Grundspannung der Skelettmuskulatur. Das macht aber nichts. Man kann alle Muskeln trainieren, frei nach dem Motto „use it or lose it“.

Sophie würde sich sehr über potentielle MitläuferInnen freuen, denn Bewegung kann – nein MUSS! – Spaß machen ...

Lauf gegen Rechts

Von Cornelia Hampel

Am 3. April 2016 war Insellauf in Wilhelmsburg. Timo wollte unbedingt wieder mitlaufen, weil er im letzten Jahr so eine tolle Zeit gelaufen war. Ab Freitag, 1. April, wurde es heiß in Hamburg, aber hatte Timo Sportwettbewerbe draußen und managte sie: am Freitag spielte er Tennis und freute sich, endlich aus der Halle heraus zu kommen, Sonnabendmorgen ging er zum Hockey, auch da endlich raus auf den Rasen, und am Sonnabendmittag absolvierte er den letzten Winterserien-Lauf der Betriebs-Sport-Gemeinschaft, allerdings etwas länger als geplant, und Sonntag dann den Insellauf.

Eine halbe Stunde nach dem Lauf fiel er um – ohne Vorwarnung. Im Krankenhaus wurde ich beruhigt, eine Ohnmacht in dem Alter / Pubertät gibt es mal, aber relaxt geht anders. Und das Krankenhaus stellte zusätzlich auch die These auf, dass er so stark geschwitzt hätte, dass er nicht nur entsalzt, sondern auch entzuckert gewesen wäre. Zucker wird, so wie ich es verstanden habe, gebraucht, um die „Entspannung“ der Muskeln nach der Anstrengung zu leisten.

Warum Timo so stark schwitzte – TriSomie21?, Schilddrüse?, mangelnde Fitness? Fragen über Fragen, Angst und Unsicherheit. Diese Unsicherheit verstärkte sich in den nächsten Tagen: Nach dem Auslaufen, das er als Trainerassistent für sein Fußball-Team vom SC Sternschanze geleitet hatte, wurde ihm in der S-Bahn so übel, das Mitreisende den Notarzt riefen, seine Laufgruppe konnte und wollte nicht mit ihm trainieren, weil ihm so schwindelig war usw. – ich war nervlich ziemlich angespannt.

Aber Timo hatte ein neues Ziel: Den Lauf gegen rechts. 7,5 politische km um die Alster. Der Lauf, bei dem Timo den Leuten, die für Hitler sind, zeigen wollte, was er / wir drauf haben und die falsch liegen, wenn sie Behinderte (und andere) doof finden ....

Was nun? Erstmal Pfingstferien, Ruhe, Entspannung, Aufbau ...

Und dann Starten: einfach mal wieder laufen. Wir begannen in Schweden. Mal anders: nicht nach Strecke, sondern nach Zeit – eine Viertelstunde in eine Richtung, umdrehen, zurück. Dann erhöhten wir die Laufzeit auf 20 min hin, umdrehen, zurück usw. Allmählich verloren sich die Schwindelanfälle und die „mir ist so schlecht Attacken“ wieder, wir wurden schneller, Timo krampfte nicht mehr so mit der Kopfhaltung, wir liefen besser zusammen, hatten immer Wasser dabei und das wichtigste: wir fanden beide wieder Spaß am durch die Gegend laufen.

Dann kam der 29. Mai und damit unser Laufeinsatz gegen rechts. Ich hatte mir überlegt nicht nur Wasser, sondern auch Apfelsaftschorle gegen das „Entzuckern“ mitzunehmen und dann liefen wir los. Unser Tempo, weil wir viel auf den „Huppelwegen“ neben der Masse auf dem Fußweg liefen, konnten wir halten. Wir trafen viele Leute, die uns bei anderen Läufen, vor allem bei der Winterlaufserie, gesehen hatten und es großartig fanden, uns jetzt auch bei einer politischen Aktion laufen zu sehen und sich das von Timo erklären zu lassen. Wir kamen mit unserer Apfelsaftschorle super ins Ziel, ein echter Zaubertrank! Wir konnten sogar den Getränkestopp bei der IG-Metall-Jugend auslassen, weil Timo durchlaufen wollte und konnte. Und als wir nach den knapp 55 Arbeitsminuten im Ziel waren, fühlten wir uns immer noch immer noch leistungsfähig.

Timo konnte ich relaxt allein mit der S-Bahn nach Hause zum Frühstücken fahren lassen bzw. in Begleitung eines Fotografen, den wir mal kennengelernt und im Ziel wieder getroffen hatten. Ich nahm direkt eine Verabredung in der Stadt wahr.

Es war Arbeit für mich, dieses Erlebnis zu verkraften und wieder Vertrauen zu fassen, aber der Spaß meines Sohnes am Sport und an seiner Leistung war sie wert.

Ich kenne meine Grenzen und die meines Gegenübers

Von Christian Eule

Am Samstag, den 18.06.2016, fanden sich die „Wilden Kerle“ und die „Super coolen Jungs“ an einem ungewohnten Ort ein. Denn im Rahmen der beiden Präventionsprojekte stand mit dem Thema „ Ich kenne meine Grenzen und die meines Gegenübers“ ein ganz besonderer Tag auf dem Programm. Nach einem offenen Beginn, währenddessen sich die Jungen mit der Halle bekannt machen konnten, stiegen wir dann endlich ins Programm ein, dass Michael Schultz, Referendar für Sonderpädagogik und Sport am ReBBZ Wilhelmsburg, für uns vorbereitet hatte.

Wir erfuhren, dass es an unserem Projekttag nicht nur darum gehen sollte die Muskeln spielen zu lassen, sondern auch den Kopf anzuschalten und über Spiele und Übungen nachzudenken und zu reflektieren.

Dann fingen wir an uns zu bewegen. Beim Spiel „Stopp“ erprobten wir eine der drei Grundregeln des heutigen Tages erst einmal praktisch, um im Anschluss daran noch weitere wichtige Regeln für das Miteinander kämpfen festzulegen.

Unsere drei gemeinsam beschlossen Regeln waren:

1. Stopp – sofortiges Ende des Spiels/Kampfes
2. Ich achte auf die Schwächen meines Gegenübers
3. Ein Kampf beginnt und endet immer mit einem Händeschütteln

Durch diese drei Regeln fühlten wir uns jetzt sicher auch in kleinere Kampfübungen zu gehen, ganz ohne Bedenken, dass unser Gegenüber zu weit gehen würde.

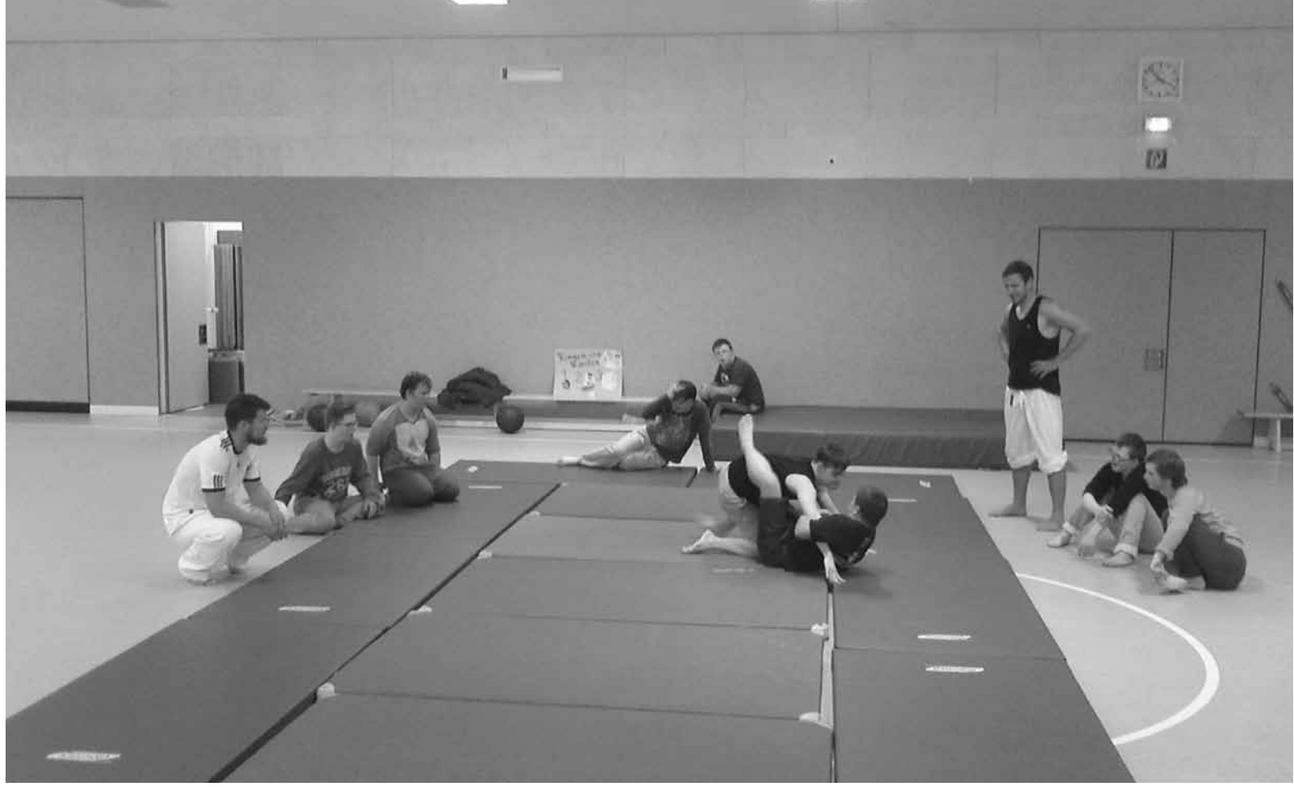
Beim Spiel „Ball-klau“ suchten wir uns einen Partner und versuchten gegen ihn einen Ball zu verteidigen, das brachte alle so richtig zum Schwitzen. Die unterschiedlichsten Strategien wurden angewandt und am Ende konnte der Ball doch immer wieder erobert werden. Nach Eroberung des Balls wurden nun die Rollen getauscht und das Spiel ging von vorne los. Besonderen Spaß hatten wir auch dabei uns immer wieder neue Partner zu suchen und so ganz unterschiedliche Erfahrungen zu machen.

Beim anschließenden Spiel Schildkrötenjäger führten wir einen Materialtest mit unserer Kleidung durch, es wurde gezogen, gezerrt, geschoben und gedrückt, um am Ende die letzte Schildkröte zu sein.

Auch das letzte Spiel, vor der wohlverdienten Pause, brachten uns alle nochmal an unsere Grenze, denn Michael Schultz wollte den Mattenkönig küren. Mattenkönig konnten nur der werden, der am Ende noch allein auf der Matte verblieb und vorher alle Kontrahenten Richtung Hallenboden geschickt hatte.

Dann war Pause, es wurde gegessen, gelacht und durchgeatmet, bevor es in den zweiten Teil des Tages ging.

Dieser stand nun nicht mehr unter dem Punkt gegeneinander Kräfte einsetzen. Stattdessen sollten nun sowohl unsere Kräfte als auch unsere Köpfe genutzt werden, um gemeinsam kooperative Aufgaben zu erledigen und so als Gruppe zum Ziel zu kommen.



Wir begannen mit dem Spiel „Inselschwund“ bei dem wir uns auf einer immer kleiner werdenden Fläche positionieren mussten, ohne dass einer von uns den Boden berührte. Während es bei großer Fläche noch sehr einfach war schnell einen Platz auf den rettenden Kästen zu finden, brauchten wir zum Schluss doch einige Zeit, um uns alle auf einem kleinen Kasten zu positionieren.

Auch bei den folgenden Übungen „Mattenfall“ und „Zettelaufhängen“ war einiges an gemeinsamer Kraft und viel Grips gefragt, um die Aufgaben unseres Anleiters Michael zu lösen. Aber wir wären nicht die „wilden Kerle“ und die „Super coolen Jungs“, wenn wir diese Aufgaben nicht gemeinsam gelöst hätten.

Zum Abschluss unseres ereignisreichen Tages sollte eine Aufgabe noch einmal all unser Gehirnschmalz fordern. Wir sollten einen großen „giftigen“ Gymnastikball durch die ganzen Halle befördern, jedoch ohne ihn zu berühren, um mit seiner Hilfe eine Schatztruhe zu öffnen. Wir grübelten, versuchten und scheiterten gemeinsam, doch dann kam die zündende Idee und der Eroberung des Schatzes stand nichts mehr im Weg.

Sportangebote des ETV

Von Gabriela Sürie

Noch ist die Tür geschlossen, fünfzehn kleine Sportler hüpfen ungeduldig vor der großen Halle des Eimsbütteler Turnverband e.V. seit 1889 (ETV) auf und ab. „Hier, denk an deine Trinkflasche!“ „Kommt runter, wenn ihr fertig sein, ja?“ Kinderturnen ohne die Eltern – ein weiterer Schritt in Richtung Selbständigkeit. Ob Elina – da gerade 4 Jahre alt – das wohl schaffen wird?

Gestartet sind wir dort drei Jahre zuvor beim Pampers Turnen. Auch wenn es mit dem Laufen noch ein Jahr zusätzlich dauerte, war Elina krabbelnd ebenso begeistert dabei. Als das mit dem Laufen gut klappte, war in der Eltern-Kind-Turn-Gruppe unsere Teilnahme ebenfalls gar kein Problem. „Können Elina und ich mal mitturnen?“ „Ja, warum denn nicht?“, fragte Trainerin Sylke nur zurück. Dennoch fiel hier Elinas „Anders-Sein“ schon mehr auf: Einzelne Eltern wandten sich ab oder schauten Elina ein paar Sekunden länger an als üblich, aber andere wiederum erstaunte sie mit ihrer Gelenkigkeit, ihrem Mut und vor allem mit der Begeisterung beim Liedersingen. Bald schon gehörten wir ganz selbstverständlich dazu, allerdings ohne dass weitere Kontakte geknüpft wurden, wie ich es aus der Turnzeit mit meinen beiden großen Jungs kannte. Wie gut, dass Luise dabei war, die schon mit Elina beim Pekip nackt auf der Turnmatte gestrampelt hatte. Zum Abschluss unserer Turnstunde gab es als Ritual ein gemeinsames Picknick – zusammen mit Luise, Elina und Lene, Luises Schwester – oder ein leckeres Eis, für die Mamas einen Milchkaffee. Seitdem kommen wir nur schwer um die Eistruhe im Bistro Milou des ETVs herum.

Wie ging es danach weiter? Elina wurde 4 Jahre alt und gehörte damit altersmäßig eigentlich in die nächste Gruppe beim Kinderturnen. „Sie kann gerne einmal mitmachen. Wir probieren das einfach aus. Müssen wir auf etwas achten?“, fragte mich Sarah. So einfach sollte das gehen? Tja, was ist bei Elina anders? „Manche Aufgaben oder Regeln wird sie erst langsam oder auch gar nicht verstehen. Sie hat kaum Gefahrenbewusstsein und läuft auch gerne einfach wieder aus der Halle, aber dann fange ich sie ab.“ Und doch ist mir jetzt etwas mulmig, sie dort „alleine“ zu lassen. Nach 2-3 Probestunden verlasse ich nach dem Bringen die Halle und schaue von der Tribüne aus zu. Elina wird mit der Zeit immer mutiger, schafft viele Hindernisse des Parcours zu überwinden, trotzdem sie viel kleiner ist als alle anderen. Zwei Jahre später brüllt sie auch gerne ein anderes Kind an: “Stopp, nicht wackeln!“, wenn ihr etwas nicht gefällt oder holt sich eigenständig Hilfe von den Erwachsenen dort. Bis jetzt lässt sie sich zwar anfangs in eine der beiden Gruppen einteilen, geht dann allerdings ihre eigenen Wege. Bei Spielen wie Feuer, Wasser, Sturm braucht sie Begleitung oder versucht, den anderen Kindern hinterher zu laufen. Diese haben Elinas Eigenheiten mittlerweile akzeptiert und verstanden, dass für sie andere Regeln gelten.

Ende Mai ist sie nun 6 Jahre alt geworden und möchte am liebsten tanzen. Wieder kann Sarah helfen: „Ich biete Donnerstags eine Ballettgruppe an, da sind zur Zeit nicht so viele Kinder, soll ich einen Platz für Elina reservieren?“ Seit gut einem Monat macht sie dort

begeistert mit, findet sich in ihrem Tutu wunderschön („sea höbs“) und zeigt uns abends in einer Privatvorstellung, was sie dort alles gelernt hat: Tiere nachahmen, schnell und langsam drehen, auf Zehenspitzen gehen und vieles mehr.

So haben wir großes Glück gehabt, den ETV als einer der größten Sportvereine Hamburgs in unserer Nähe zu haben. Wir sind auf engagierte Mitarbeiterinnen gestoßen, für die Inklusion selbstverständlich ist. „Ist es wirklich nur Glück gewesen oder grundsätzlich die Haltung des ETVs zu Menschen mit Behinderungen?“, frage ich Friederike van der Laan, zuständig für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit beim ETV. „Insbesondere das Kindersportangebot ist bei uns inklusiv. Unsere Trainer sind gut ausgebildet, zum Teil zusätzlich mit einer pädagogischen Ausbildung. So sind erst einmal alle Angebote offen für alle und die Trainer können bei Interesse gerne angesprochen werden. Dazu gibt es spezielle Angebote zum Beispiel beim Judo, Tennis und Schwimmen. Für wiederum andere Sportarten gibt es Kooperationen mit anderen Vereinen wie z.B. dem SVE Sportverein Eidelstedt von 1880.“

„Was macht diese besonderen Angebote aus?“ „Judo ist beispielsweise ideal, um die eigene Körperwahrnehmung zu verbessern, ein respektvolles Miteinander zu lernen und daher auch bestens für Menschen mit einer geistigen Behinderung geeignet. Unsere Trainer dort sind vielfältig ausgebildet und bieten in kleinen Gruppen eine Betreuung beispielsweise mit einem Schlüssel von 1:3. Dies ist möglich, da uns für diese Leuchtturmprojekte auch Spenden zur Verfügung stehen.“

Das hört sich gut an! Also mache ich mich auf, um Helmut Behnke, Trainer und erster Vorsitzender der Judoabteilung, zu treffen. Die Judostunde beginnt: Eine Begrüßung im Sitzkreis mit Schweigeminute und Verneigen, ein witziges und schnelles Aufwärmspiel, dann wird eine neue Wurftechnik erklärt. „Neben Gleichgewicht, Koordination, sicherem Fallen und Körperbeherrschung ist Judo auch eine Art Lebenshilfe“, erklärt mir Helmut. „Es ist ein Kontaktsport, das Trainingsgerät ist eine andere Person, gekämpft wird mit einem Partner – nicht mit einem Gegner. Dabei sind unsere Grundsätze wichtig: Den bestmöglichen Einsatz von Geist und Körper sowie gegenseitiges Helfen und Verstehen. Die Trainer sind ein wichtiges Vorbild, alle haben zusätzlich zu ihren Trainerlizenzen nützliche Ausbildungen wie die als Erzieherin, Physio- oder Bewegungstherapeut, Ernährungs- oder Sportwissenschaftler.“

Ich staune, als Helmut erzählt, die Judoabteilung sei mit 650 Mitgliedern und 17 Trainern die größte Judoabteilung Norddeutschlands. Schließlich wird jedes Kind mit Namen begrüßt, besonders die Gruppe für Kinder mit besonderen Bedürfnissen wirkt auf mich sehr familiär und vertraut miteinander. Aber ist das denn noch Inklusion, wenn dort nur Kinder mit Auffälligkeiten trainiert werden? „Entstanden ist diese Gruppe aus dem Elternwunsch, einen geschützten Rahmen für ihre Kinder zu finden, wo sie ohne Druck und in einem langsameren Tempo bestmöglich betreut werden und sich im Rahmen ihrer Möglichkeit entwickeln können. Für manche besteht ein großer Erfolg schon darin, sich alleine auf die Matte zu trauen, wieder andere wechseln später in unsere gemischten Gruppen, in denen Kinder mit und ohne besondere Bedürfnisse gemeinsam trainieren. Sogar Teilnehmer an Meisterschaften, den Paralympics und ein deutscher Vizemeister gingen schon aus den Reihen des ETVs hervor,“ erzählt Helmut nicht ohne Stolz. Zu Recht! Es gibt viele verschiedene Angebote für Kinder mit besonderen Bedürfnissen, für Sehgeschädigte und Blinde, für Kinder mit geistiger Behinderung, für Kinder aus aller Welt (insbesondere Geflüchtete), dazu ein neues Projekt im UKE zur Kinder Krebsnachsorge (Onko-Kids), sowie zahlreiche Ausfahrten zu Jugendbegegnungen, Wettkämpfen und Meisterschaften sogar bis nach z.B. Israel oder Japan.

„Vielfalt ist unsere Stärke, JEDER findet seinen Platz bei uns im Judo.“ Dieses Motto lebt die Judoabteilung mit sehr viel Engagement und Lebensfreude. Mehrere Preise erhielten sie daher schon, unter anderem von der Kroschke-Stiftung 2014. (Ein kleiner Film ist dazu auf Youtube zu sehen.)

Elina konnte ich während des Gesprächs nur mit Brezeln bestechen, nicht auf die Matte zu laufen und mit zu kämpfen. Sie darf aber auf jeden Fall auf die Warteliste und vielleicht wird aus unserer Ballerina ja auch noch ein kleiner Judoka.

Kontakt:
Eimbütteler Turnverband e.V.
Bundesstr. 96, 20144 Hamburg
Sportbüro: 040/40 17 69-0
info@etv-hamburg.de

Überraschungen auf dem Rad

von Rainer Claaßen

Ein lange gehegter Wunsch geht in Erfüllung. Und ein Junge mit Down-Syndrom zeigt, was in ihm steckt.

Seit ich vor über 20 Jahren nach Hamburg gezogen bin, dachte ich regelmäßig daran, meinen Geburtsort Neuwied einmal per Fahrrad zu besuchen. Aber konkret wurde der Plan bis vor Kurzem nie. Erst lockten andere Ziele, dann fehlte die Zeit, und als vor knapp 16 Jahren der zweite Sohn Raul mit dem Down-Syndrom zur Welt kam, glaubte ich nicht, dass eine solche Reise mit ihm möglich wäre.

Andererseits: Schon der Geburtsarzt hatte ihm einen außergewöhnlich hohen Muskeltonus attestiert und schon immer bewegte er sich ganz offensichtlich mit großer Freude. Balancieren, Klettern, Werfen – hier konnte er oft mit seinen Altersgenossen mithalten. Wie selbstverständlich – mit dem Gehrad hatte er schon gut geübt – legte er im Kindergartenalter auf seinem ersten eigenen Fahrrad den Weg vom Händler nach Hause auf dem Sattel zurück. Er musste nicht Fahrrad fahren lernen – das konnte er einfach sofort. Als er in die zweite Klasse ging, büchste er einmal am Morgen von zu Hause aus und fuhr alleine mehr als zwei Kilometer durch Hamburg-Eimsbüttel. Während die Familie ihn händeringend suchte, war er pünktlich in der Schule angekommen.

Warum also nicht – immerhin ist er mittlerweile fast 16 – den alten Plan endlich umsetzen. Beiden Söhnen gefiel der Vorschlag für diesen ungewöhnlichen Somerurlaub. Ein paar Kompromisse waren nötig: Wir fuhren mit dem Zug bis zum Niederrhein nach Holland, um von hier in flachem Gelände dem Strom folgen zu können. Pro Tag sollten die Etappen nicht länger als 50 Kilometer werden. Und im Notfall hätten wir auch jederzeit auf die Bahn umsteigen können.

Ich schreibe diese Zeilen in der Morgensonne auf dem Campingplatz gegenüber dem Drachenfels südlich von Bonn. Hinter uns liegen knapp 350 Kilometer, vier Nächte auf verschiedenen Campingplätzen, eine im Hotel, Durchquerungen von Großstädten und schönen Landschaften, zwei platte Reifen, viele interessante Begegnungen, viel Anerkennung, Pausen in Biergärten und Imbissbuden, an Kiosken und Schlössern, an Seen und auf Bauernhöfen und insgesamt drei Überquerungen des Rheins.

Und ich kam immer wieder ins Staunen: Wie selbstverständlich übernahm Raul mal die Führung oder folgte nach. Ob auf langen ereignislosen Landstraßen oder im Gewühl der Großstadt fiel er nie weit zurück. Und selbst, wenn sich nach einem anstrengenden Tag zeigte, dass es bis zur nächsten Übernachtungsmöglichkeit noch deutlich weiter war, als erhofft, hat Raul – wohl auch gelockt von der Aussicht auf ein Steak vom Grill und angetrieben von der Rapmusik auf dem Kopfhörer – ungeheure Ausdauer und Kondition gezeigt. Die längste Tagesetappe war über 70 Kilometer lang!

Was besonders schön ist: Bei allen Begegnungen war zu spüren, wie sehr die Menschen seine Leistung anerkennen, wie willkommen er mit seinen Besonderheiten, seinem offenen Wesen und seinem Schalk an vielen Stellen ist. Wir haben mit der Planung von weiteren Touren schon angefangen.

390 km in 6 Tagen!

Immer wieder dienstags – mit viel Spaß zum Seepferdchen

Von Gregor Ronig

In den Herbstferien 2013 waren wir für 10 Tage im Club Aldiana in Tunesien. Noa, zu dem Zeitpunkt 4 Jahre alt, hatte schon immer viel Spaß im, am und mit Wasser, daher buchten wir kurzerhand einen Schwimmkurs. Da nur zwei Kinder incl. Noa an dem Kurs teilnahmen wurde es quasi ein Intensivkurs.

Die Schwimmlehrerin Manuela hat sich toll um Noa gekümmert, als Glücksfall stellte sich heraus, dass Manuela aus Hamburg war und kurz nach unserer Rückkehr nach Deutschland hier den Kurs weiterführen wollte.

Ein Schwimmkurs, wie er zum Beispiel im Holthusenbad angeboten wird, hätte Noa nicht zum Erfolg geführt, da die Gruppen mit 10 Kindern zu groß sind und Noa in der Gruppe „untergegangen“ wäre. Ab Frühjahr 2014 führte Manuela dann 1x wöchentlich unseren privaten und weiterhin intensiven Schwimmkurs im Holthusenbad durch. Eine Freundin von Noa nahm ebenfalls teil, zum großen Spaß für beide Kinder.

Manuela hat die Stunde mit den Mädels sehr abwechslungsreich durchgeführt. Es gab neben unterstützenden Hilfsmitteln wie Schwimmnudel, Schwimmbrett und Schwimmgürtel, auch motivierendes Wasserspielzeug wie Tauchringe und Taucherbrille, um den Unterricht so interessant und entspannt wie möglich zu gestalten. Geübt wurden erste Schwimmzüge, wie Froschbeine und kräftige Armzüge, das Tauchen, Springen machte mit dem Wasser vertraut und zusätzlich Spaß.

So haben wir über Monate geübt – in kleinen Schritten wurden die beiden Mädchen immer besser und die Schwimmstrecken wurden immer länger. Das Springen vom Rand war nie ein Problem und hat immer sehr viel Spaß gemacht. Wahrscheinlich, weil es offiziell verboten ist und wir immer darauf achten mussten, dass der Bademeister nicht guckt.

Ein Jahr später, die Prüfung für das „Seepferdchen“ stand an. Manuela hat mit Noa und ihrer Freundin konkret auf diese hingearbeitet und die beiden „trainiert“. Beide Kinder haben nacheinander auf Anhieb ihr Seepferdchen bestanden und waren mehr als stolz, als das Abzeichen endlich auf den Badeanzug genäht war.

Mia schafft das Seepferdchen

Von Stefan Schlegel, stellvertretender Geschäftsführer vom SV Eidelstedt Hamburg von 1880 .V.

„Ich habe gerade das Seepferdchen gemacht…“ begrüßte die 10-jährige Mia Kock vorletzte Woche unerwartet und freudig erregt ihre Mutter, als diese die überheizte Schwimmhalle des SVE betrat.

Man musste schon aufmerksam zuhören, um Mia bei ihren Freudes-Sätzen zu verstehen, denn Mia wurde mit dem Down- Syndrom (Trisomie 21) geboren. Seit 6 Monaten besucht Mia eine von drei „besonderen“ Schwimmgruppen im SVE, in denen vorwiegend Kinder teilnehmen, die besonders viel Zeit und eine individuellere Betreuung als üblich beim Lernen benötigen. Darunter auch Kinder mit den unterschiedlichsten körperlichen und geistigen Einschränkungen.

„In diesen Gruppen müssen wir uns oftmals von den klassischen und genormten Schwimmstilen verabschieden. Vorhandene Handicaps bedürfen individueller Bewegungslösungen,“ kommentiert die Schwimmtrainerin Christiane Kellersohn ihren Ansatz und nimmt Mia noch einmal stolz in den Arm.

Neben Mia hat auch die Schwimmanfängerin Lena Gerlach (Seepferdchen) und der etwas ältere Finn Appel (Jugendschwimmabzeichen Bronze) vor geraumer Zeit die Schwimmprüfungen erfolgreich abgelegt. Wir gratulieren ganz herzlich.

Großer Sport in Hannover – DM von Special Olympics 2016

Von Krister Ottenberg

Anfang Juni fanden in Hannover die diesjährigen Deutschlandspiele von Special Olympics statt. Mit dabei die Schwimmer des ETV um Petra Böösch, von denen sich drei Schwimmer sowie eine Unified-Staffel bei den Hamburger Entscheidungen qualifiziert hatten: Christian Stein, Carsten Pasdzior und Morten Ottenberg.

Das Treffen zur Anreise erfolgte am Montag, den 06.06.16 morgens um 9:00h, um dann gemeinsam mit dem ETV-Bus nach Hannover zu reisen. Die Athleten wurden bei den einwöchigen Spielen von Ihrer Trainerin Petra Böösch, sowie Sabine Stein begleitet.

Nach der Ankunft vor Ort mussten sich die Sportler zunächst zur Akkreditierung begeben, zusätzlich hatte Christian Stein einige offizielle Termine zu erledigen, da er zur Zeit der Athletenspecher von Special Olympics Hamburg ist. Dann ging es zur großen Eröffnungsfeier, die u.a. live vom NDR übertragen wurde. Höhepunkte waren hier sicherlich die Anwesenheit von Per Mertesacker, der Special Olympics unterstützt, und die offizielle Eröffnung der Spiele durch das Entzünden der Flamme. Danach ging es dann zur ersten Nachtruhe ins Hotel.

Am Dienstag begannen die eigentlichen Wettkämpfe. Für die Schwimmer bedeutete der Tag erstmal Vorläufe. Die ersten Finalläufe sollten dann am Mittwoch folgen. Nach einem umfangreichen Einschwimmprogramm musste zunächst die Unified-Staffel ran, die neben Christian Stein und Carsten Pasdzior aus den beiden ETV-Veteranen Joachim Lehmann und Krister Ottenberg bestand, die zu dem Wettkampf extra früh morgens aus Hamburg angereist waren. In einem spannenden Rennen über 4*50 m Freistil erreichten die vier den zunächst dritten Rang, was auf jeden Fall eine Teilnahme im Endlauf bedeutete. Die weiteren Vorläufe bestritten Morten Ottenberg über 50 m Freistil und Christian Stein über 100 m Lagen. (Es werden 4 Bahnen geschwommen, jede in einer anderen Schwimmart. Technisch wie konditionell sehr herausfordernd!) Auch Carsten Pasdzior musste für seinen Vorlauf über 100 m Rücken ins Wasser. Alle drei erreichten mit tollen Zeiten ihre Finalläufe. Nach einem langen Tag in der Schwimmhalle fuhr das Team dann müde, aber glücklich, mit einem Umweg über ein italienisches Restaurant ins Hotel.

Der Mittwoch begann besonders! Denn Morten hatte, weit weg von zuhause, seinen 15ten Geburtstag! Petra hatte eine tolle Überraschung vorbereitet, denn sie hatte im Hotel eine Torte backen lassen! Pünktlich zum Frühstück wurde diese unter lautem „Happy Birthday“-Gesang hereingetragen. Alle Anwesenden, auch der anderen Teams, sangen mit! Eine unvergessliche Feier…

Dennoch sollte auch an diesem Tag die Konzentration dem Sport gelten. Vormittags musste Carsten Pasdzior zunächst seinen Vorlauf über 100 m Freistil bestreiten, den er dann auch mit einer sehr guten Zeit abschloss. Danach begannen die ersten Finalläufe, d.h. es ging zum ersten Mal um die begehrten Medaillen. Zunächst musste sich die Staffel beweisen, die in einem packenden und knappen Rennen ihren dritten Platz und damit die Bronzemedaille nach Hause bringen konnte! Gleich danach musste Staffelschwimmer Christian Stein ein zweites Mal ins Wasser und im Einzelrennen über 100 m Lagen seine Kondition beweisen! … und er holte Silber! Der letzte Sportler der Gruppe im Wasser war Morten Ottenberg, der sich selbst ein Geburtstagsgeschenk machte, und ebenfalls die Silbermedaille erschwamm! Was für ein Tag!

Der Donnerstag sollte für die Schwimmer eigentlich ein freier Tag sein, begann aber, bedingt durch Verzögerungen am Vortag erstmal mit Carstens Finale über 100 m Rücken. Dekoriert mit Silber durfte Carsten das Siegerpodest verlassen. Der weitere Tag gestaltete sich nicht minder anstrengend, denn die Sportler nahmen am „Healthy Athlete“-Progamm von Special Olympics teil, einem Gesundheitsprogramm, das sich, unterstützt von Sponsoren, um die neuralgischen Punkte der anwesenden Athleten kümmert. So wurden z.B. alle drei Schwimmer einem augenärztlichen Check mit anschließender kostenloser Maßanfertigung einer neuen Brille unterzogen. Zu den Untersuchungsthemen zählten auch das Gehör, Mundhygiene, Fußgesundheit und diverse andere Fachgebiete, die bei Bedarf mit Mitteln der Sponsoren unterstützt wurden.

Dann kam der Freitag, der Finaltag. Morten musste nach seiner Medaille nochmal über 50 m Rücken ins Wasser, konnte aber leider kein weiteres Edelmetall abstauben. Da er aber von allen Teilnehmern unter 21 Jahren mit seinen gerade mal 15 achtschnellster aller Teilnehmer war, kann man gespannt auf kommende Wettkämpfe sein! Den Höhepunkt der Gruppe markierte Carsten Pasdzior, der im Endlauf über 100 m Freistil in einem super Rennen die Goldmedaille holte.

Allen Athleten nochmals „Herzlichen Glückwunsch“ zu ihren Leistungen.

Die ETV-Gruppe feierte dann noch lange verdient auf der Abschlusszeremonie, so dass die Eltern ihre erfolgreichen Jungs erst in der Nacht von Freitag auf Samstag wieder in Hamburg in Empfang nehmen konnten.

Nele und der Sport

Von Jutta Schwarz

Ich bin Jutta Schwarz und helfe seit einiger Zeit ehrenamtlich – immer, wenn es meine Zeit erlaubt – bei KIDS im Büro und in der Bibliothek.

Da das Thema dieser KIDS Aktuell den Sport betrifft, freue ich mich, Ihnen mit dem nachfolgenden Erfahrungsbericht, den meine Kinder verfasst haben, einen Eindruck zu vermitteln, wie wichtig JEDE sportliche Betätigung sein kann ...

Was alles möglich ist, wenn man große Schwester ist und mit dem kleinen Bruder mithalten will:

Mit der Geburt unserer Tochter Nele war für uns als Familie schnell klar, dass die kleine Maus kein Einzelkind bleiben soll.

So ist Neles großer (eigentlich kleiner) Bruder für sie schon früh eine Hilfe und vor allem Ansporn gewesen. Mit nur 1,5 Jahren Unterschied war die motorische Entwicklung schnell gleichauf... Das Laufen hat Nele mit 2 Jahren gelernt... heute ist sie sehr stolz, dass sie vor (!) Jannick laufen konnte. Ganze 5 Monate hatte Nele den Vorteil ihrem Bruder gegenüber. Mit dem Laufenlernen ihres Bruders war der Wettbewerb allerdings eröffnet. Wer ist erster, wer ist der schnellste, wer kann am längsten und am besten? Nele hat nahezu gleichzeitig mit ihrem Bruder Radfahren gelernt. Mit 4,5 Jahren sind wir unserer kleinen Maus in unserer Straße gefühlte Kilometer hinterhergelaufen. Irgendwann klappte es dann einfach. Die größte Herausforderung war damals das sichere Bremsen, denn einfach Füße abstellen wie beim Laufrad reichte hier einfach nicht mehr. So übten wir also das sichere Bremsen, bevor wir Neles neuer Leidenschaft, dem Radfahren zu Eisdielen oder Spielplätzen frönen konnten.

Als nächster großer Meilenstein kam dann das Thema Schule auf uns zu. Wirklich schwierige Entscheidungen über die Schulwahl und Beförderung haben uns so manche schlaflose Nacht bereitet. Als Nele dann mit ihren Klassenkameraden das Lesen und Schreiben lernte, waren wir mal wieder hin und weg von dem Lerneifer und den Möglichkeiten, die auch unserer Tochter offenstehen. Warum also nicht auch Skifahren? Da mein Mann und ich leidenschaftliche Skifahrer sind, haben wir uns über das Skifahren lernen gründlich informiert und sind bei unserer Recherche auf die PSO Schladming gestoßen. Mit gerade 7 Jahren stand unsere Tochter also im Schnee auf ihren ersten kleinen Skiern. In einer liebevollen Betreuung hat die Lehrerin Nele

den Spaß am Skifahren vermittelt. Von Anfang an ist Nele mit ihrer Lehrerin ins Skigebiet auf die normalen Pisten gefahren. Ihre Skier waren an den Spitzen verbunden und die Skilehrerin konnte Nele mit Zügeln lenken und bremsen. Täglich 1,5 Stunden sauste Nele so über die Berge. Das kommende Jahr haben wir Nele daraufhin in einer normalen Skischule angemeldet. Hier lernte Nele das sichere Bremsen und erste Kurven. Der Durchbruch gelang Nele in diesem Skiurlaub (jetzt 9 Jahre alt). Nach dem üblichen Ärger in den Skischulen (wir haben kein geeignetes Personal, sie bremst die Gruppe aus...) sind wir mit unserer Tochter gemeinsam rote und blaue Pisten gefahren. Ich vorweg, Nele im Schneepflug hinterher und am Schluss mein Mann zum Hochhelfen. Im Skirennen der unkooperativen Skischule (Nele wollte unbedingt wie ihr Bruder mitstarten) belegte Nele von 9 Kindern den zweiten Platz! Was waren wir stolz und glücklich...

Neben dem Skilaufen verbringen wir als Familie gern unsere Zeit auf der Insel Fehmarn. Hier kann man Radfahren, Spielen, Kuchen essen und Wassersport betreiben. Da Jannick den Wunsch hatte, endlich wie Mama und Papa surfen zu lernen, war es eine Bedingung, dass er sicher Schwimmen lernt. Daher meldeten wir beide Kinder in der Schwimmschule Fiedler an. Die ersten fünf Male wurde meine Geduld bis aufs äußerste getestet. Nele weigerte sich vehement, ins Wasser zu gehen. In Badeanzug saß sie auf der obersten Stufe und freute sich auf die obligatorischen Gummibärchen von Herrn Fiedler. Da ich mir das so nicht weiter anschauen wollte, bin ich die folgenden 2 Wochen jeden Tag mit Nele und Jannick zur Wassergewöhnung ins Schwimmbad gefahren. Jeden Tag mit zwei Kids schwimmen

wow!

gehen... Nach ein paar Tagen hatten wir eine richtige Routine, und Nele ging endlich ins Wasser. Nun ging es auch bei Herrn Fiedler besser. Mit einem ganz großartigen Einfühlungsvermögen hat Herr Fiedler Nele das Schwimmen beigebracht. Seit sie 7 Jahre alt ist darf sie nun das Seepferdchen tragen und mit Janni zusammen ins Wasser springen. Im Sommer 2014 hat Janni seinen Surfschein gemacht, und Nele buddelte mit mir am Strand. Mit dieser Situation war Nele allerdings überhaupt nicht zufrieden, sie wollte auch... genauso wie Janni. Zum Surfen war Nele leider noch zu klein. Sie schaffte es noch nicht, stehend auf dem Surfbrett das Segel hochzuholen. Also fuhren wir jeden Tag SUP (Stand Up Paddling) und versprachen Nele, dass wir uns etwas einfallen lassen würden... Da wir natürlich zu unserem Wort stehen wollten, meldeten wir Nele und Jannick kurzerhand im Sommer 2015 zu einem privaten Segelkurs an. Beide Kinder lernten gleichzeitig das Segeln in einem kleinen Opti, Janni fuhr ganz allein und bestand auch die schriftliche Prüfung. Nele wurde in gebührendem Abstand vom Segellehrer begleitet... Vielleicht legt sie dieses Jahr auch die schriftliche Prüfung ab, wer weiß?

Leider besteht nicht das ganze Jahr aus Urlaub und auch wir haben unseren normalen Alltag. Wir versuchen unsere Kinder zu einer aktiven Freizeitgestaltung anzuregen und probieren immer wieder neue Dinge aus. Dazu gehören:

Tanzen – Nele mag Tanzen schon immer. Nach dem Start im kreativen Kindertanz sind wir über Zumba jetzt bei einer Tanzgruppe im NTSV gelandet.

Rollerbladen und Schlittschuhlaufen mit Pinguin, Leichtathletik, Reiten, Fußball mit ihrem Bruder, Schwimmen ...

Liebe Nele, wir sind stolz auf dich und haben dich lieb.

Lieber Janni, du bist der beste Bruder, den wir uns wünschen konnten. Wir haben Dich lieb!

Mama und Papa ... und Oma Jutta

Wir wünschen uns stets freundliche Menschen, die Nele lieben und in ihrem Leben begleiten. Was kann es Schöneres geben als eine große Familie, die bedingungslos liebt, immer eine hilfreiche Hand reicht und in jedem schwierigen Moment da ist!

Wie Timo und ich zur Psychomotorik kamen und was sie uns bedeutet

von Cornelia Hampel

Als Timo klein war, wollte ich mit ihm zum Babyschwimmen ab sechs Wochen Lebensalter. Er war schon sieben Wochen alt und Babyschwimmen damals mega-gehypt. Es war furchtbar, ich hatte mir körperwarmes Wasser zum Plantschen und Spaß haben für mich und mein Baby vorgestellt und bekam 28 Grad (für uns) kaltes Wasser mit Eltern-Singen. Mein Baby war nach fünf Minuten blau und wir mussten abbrechen. Seitdem gucke ich mir Sportangebote genau an.

Nach dem Schwimmen kamen die verordneten Angebote der Krankengymnastik. Aber Sport ist ja auch Gruppe, gemeinsam Spaß und Erfolg haben, aneinander lernen, Fortschritte erzielen, anerkannt und gewürdigt werden.

So kamen wir als Timo vier Jahre alt war zur Psychomotorikgruppe des SV Eidelstedt (SVE). Hier gab und gibt es für die Kinder die Wahl des Angebotes unter den Geräteaufbauten und damit den Anreiz Neues auszuprobieren. Ein Beispiel: Zuerst traut sich kaum ein Kind auf dem schmalen Teil einer umgedrehten Turnbank zu balancieren, also balanciert es zuerst über eine normale Bank. Wenn das klappt, sind erwachsene Helfer oder andere Kinder da, die über den schmalen Balken helfen und dann klappt es auch allein – wie bei den anderen gesehen.

Dieses Konzept war lange Zeit gut für uns, aber mit sechs brauchte Timo mehr körperliche Auseinandersetzungen und Fußball. Und die entsprechenden Gruppen wurden vom SVE gegründet. Fußball-Training hatte Timo auch noch im Verein unseres Stadtteils, aber die Ringen und Raufen-Gruppe ist einzigartig und begleitet uns bis heute. Es geht darum, den Kindern die Körpererfahrung des sanften Kämpfens zu vermitteln, dabei den Respekt vor dem Gegner zu bewahren und vor allem das eigene Wohl und das des Gegners im Auge zu behalten. Was mir noch nicht weh tut, kann jemand anders als schmerzhaft empfinden. Wie sage ich das? Worauf höre ich? Das Beachten und Aufstellen von Regeln und die spielerische Kräftigung der Muskeln sind Kernpunkte dieser Gruppe, in der Timo inzwischen als Übungsleiterassistent arbeitet.

WERBUNG

Von Timo Hampel

So läuft es am Dienstag zwischen 16:00 und 17:15 Uhr im Rungwisch:

Bis alle da sind, wird sich warm gemacht. Z.B. schieße ich einen Jungen als Torwart warm, andere Kinder benutzen die Fahrzeuge, Kettcars, Laufräder, Roller, manchmal auch die Rollstühle.

Nach der Eingangsphase, fangen wir mit japanischer Begrüßung an, Augen zu, entspannen bis ich die Runde beende.

Dann laufen wir 1 bis max. 10 Runden – wobei jeder selbst entscheidet wie viele Runden er läuft- und danach machen wir Laufspiele, rückwärtslaufen, seitlaufen u.ä.

Nun werden Spielvorschläge gesammelt und ein Spiel demokratisch gewählt. Am liebsten spielen wir Wasser/Sturm* , Eisticken ** oder Brückenwächter ***

Danach gehen wir auf unsere Judomatten. Dort werden zuerst Geschicklichkeitsübungen, wie einen Ball mit den Füßen weiterreichen, angeboten. Es folgen Kampfspiele, wie Schaf und Wolf. Die stehenden Schafe sollen von den Wölfen im Vierfüßler „gerissen“ und damit zu Wölfen gemacht werden, bis aus der Schafherde ein Wolfsrudel geworden ist. Viel Spaß macht auch, wenn die Kinder auf mir und den anderen Erwachsenen Rodeo reiten dürfen. Oberste Regel auf den Matten ist, wenn jemand mit der Hand auf die Matte schlägt oder Stopp ruft ist Schluss der Aktion.

Dann räumen wir auf und machen ein Abschlussspiel (z.B. Fischer, Fischer****), das schlagen oft wir Leiter vor, damit die Kinder auch Neues lernen.

Ich freue mich schon auf meine weitere Fortbildung vom Hamburger Sportbund, die Stefan Schlegel leitet, dem Gründer der Psychomotorik und Inklusionssportgruppen im SVE. Da lerne ich für meine Gruppe auch neue Spiele. Das berichte ich Euch auch.

Ich würde mich sehr freuen, wenn neue Kinder ab 8 Jahren dazu kommen würden.

Es macht Spaß bei uns !

* wenn der Rufer „Wasser“ ruft, muss jedes Kind auf Etwas, das höher gelegenen ist, bei „Sturm“ in eine Ecke, bei „Kaugummi“ an irgendetwas z. B. Boden kleben u.ä.

** ein Kind ist Ticker, wen es tickt muss zu Eis erstarren bis es durch warmrubbeln erlöst wird.

*** Eine Gruppe muss versuchen die „Brücke“ zu betreten ohne von den Wächtern erwischt zu werden

**** Ansage von Fortbewegungsarten (Krabbeln, Sprünge, Laufen) bis zum Ziel

Abenteuerturnen in Altona

Von Anja Selassie

Mein Sohn Mikael ist jetzt 11 und geht seit ca. 3 Jahren 1x in der Woche Nähe Fischmarkt zum Sport. Von 16:30 – 18 Uhr findet in der Carsten Rehder Schule/ Eingang gegenüber Breite Str. 88 jeden Dienstag „Psychomotorik/ Abenteuerturnen“ statt. In einer kleinen Gruppe in einer nicht so riesigen Sporthalle kann Mikael sich dort im geschützten Rahmen vielfältig ausprobieren. Der Betreuerschlüssel ist für die kleine Gruppe ein Traum und es wird sehr individuell auf die Bedürfnisse der einzelnen Kinder eingegangen. Großartig finde ich auch, dass ich diese 1,5 Stunden am Nachmittag frei habe, denn wir Eltern müssen draußen bleiben!

Ich bin sehr froh über die Sportangebote des Eidelstedter Sportvereins unter seiner Rubrik „Inklusion“. Da Mikael auch noch sehr eingeschränkt sieht, bin ich froh, dass dort alle Sportbetreuer auf besondere Kinder und deren Verhaltensweisen geschult sind und meinem Sohn so die nötige innere Sicherheit geben.

Großartig hat Mikael auch das Inklusive Sportfest von 10-15:30 Uhr vor kurzem gefallen. Und mir der freie Samstag ...

Die kleine Sportgruppe in Altona kann noch Sportlerinnen und Sportler zwischen 6 und 12 Jahren dazu aufnehmen. Gern auch mit Rollstuhl.

Bei Interesse einfach vorbei kommen!

Dies ist ein Angebot des Sportvereins Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V. Weitere Informationen zu den Angeboten im Inklusionssport unter: www.sve-hamburg.de/sportarten/inklusionssport

Inklusive Tanzgruppe in Alsterdorf

Von Franziska Mathes, Trainerin

„Jungs gegen Mädchen, Mädchen gegen Jungs“ rufen die Kinder und Jugendlichen durch die Trainingshalle, sobald der Tanz zu dem Titelsong des neuen Bibi und Tina Kinofilms einstudiert wird. Die übrige Zeit in der Gruppe verläuft zwischen den zehn- bis 15-jährigen Jungen und Mädchen, die sich jede Woche dienstags von 17.15-18.45 Uhr in der Barakiel-Sporthalle in Alsterdorf(Elisabeth-Flügge-Straße 8) zum Tanzen treffen, recht harmonisch. Neben „Jungs gegen Mädchen“, einem ausdrücklichen Wunsch der Gruppe, werden noch unterschiedliche andere Tänze einstudiert, aber auch improvisiert und gespielt.

Angeboten wird die Tanzgruppe von der Inklusionssportabteilung des SV Eidelstedt, der an verschiedenen Standorten in Hamburg integrative Sportgruppen für Kinder und Jugendliche anbietet. Seit November ist schon eine Gruppe von 8-10 Kindern und Jugendlichen entstanden, gerne würden wir noch etwas wachsen und freuen uns über neue Gesichter. Geleitet wird die Gruppe von Lea (Sonderpädagogin i.A.), Sarah (Tanzpädagogin i.A.) und Franzi (Sozialpädagogin/Tanztherapeutin). Durch drei Trainerinnen kann in der Gruppe gut auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Tänzerinnen und Tänzer eingegangen werden.

Für die Kinder und Jugendlichen zählt in erster Linie der Spaß an der Bewegung und der Musik und die Freude, dies in der Gruppe zu teilen. Die Kinder und Jugendlichen haben trotz sehr unterschiedlicher Besonderheiten ein herzliches Miteinander und zeigen eine hohe Akzeptanz bei ungewöhnlichen Verhaltensweisen. Für die Trainerinnen zählt neben der Freude an der Bewegung auch eine Förderung, besonders im motorischen, aber auch im sozial-emotionalen und kreativen Bereich. Die Tänzerinnen und Tänzer erweitern nach und nach ihr Bewegungsrepertoire, werden immer sicherer und vielfältiger in ihrer Bewegung, lernen sich mit der Bewegung in Raum und Zeit zu orientieren und erhalten dadurch mehr nonverbale Ausdrucksmöglichkeiten. An der Entstehung einer Choreographie sind die Kinder und Jugendlichen aktiv beteiligt. Gemeinsam werden Bewegungen ausprobiert, miteinander in Verbindung gebracht und nach und nach ein Tanz zusammengesetzt, bei dem die Kinder sagen können: Den Tanz habe ich mir ausgedacht.

Gibt es noch mehr Kinder und Jugendliche, die musik- und tanzbegeistert sind und Lust haben sich einmal in der Woche gemeinsam mit einer Gruppe zu bewegen? Dann „Herzlich Willkommen“!!!

„Auf dem Rücken der Pferde ...“

Von Christa Sindemann

Wie herrlich ist es hier draußen mitten im Grünen in Holm. Umringt von Pferden, Weiden und Wald, liegt unsere Perle, das „Gestüt am Geesthang“ von Catharina Claussen. Nun reitet Lotti dort schon seit einem Jahr und liebt das Reiten und auch die Pflege der Pferde.

Bevor es zum Reitunterricht geht, wird erst einmal das Pferd aus der Box geholt, es wird gebürstet, gestreichelt und aufgezäumt und dann endlich geht es raus in den Wald, in die Reithalle oder auf den Trainingsplatz. Ihre Reitlehrerin ist die Ruhe in Person und hat jede Menge Humor und Einfühlungsvermögen. Kommt von Lotti irgendwann das angestrengte „Kann nicht mehr“, dann schafft sie es, Lotti noch zu ein paar Extra-Runden zu motivieren.

Im Trab die Arme zur Seite nehmen oder sich mit dem Oberkörper nach vorne auf den Hals des Pferdes legen oder die eigene rechte und linke Fußspitze im Trab berühren, das alles sind Übungen, die nicht nur alle Muskeln beanspruchen, sondern auch Gleichgewicht und Mut fördern.

Und wie ist Lotti eigentlich zum Reiten gekommen?

Nun, das war ganz und gar nicht geplant, da sie eigentlich schon genug Programm hat, aber dann hat ihre Freundin in der Schule gefragt, ob sie nicht mal mit nach Holm kommen wolle und sie könnte dann ja auch bei ihr übernachten und sie könnten kurz mal zum Reitstall fahren und.... tja, da war es geschehen. Und dann passte das auch noch zeitlich ganz wunderbar.

In den Sommerferien bietet Catharina auch ein Sommerferienprogramm täglich von 9.00-15.00 Uhr an und Lotti und auch ihr Bruder Richard sind natürlich schon angemeldet.

Literatur zum Thema Sport

Gary Barber

Sport inklusive: Praktische Grundlagen, Methoden und Konzepte

für inklusiven Sportunterricht und -training

Verlag G & S, Edition 21, 2013, ISBN 978-3925698194, 222 Seiten, 29,95 Euro

Dieses Buch möchte helfen: Kindern mit Lernschwächen – jungen Sportlern, die anscheinend die Anleitungen des Trainers nicht verstehen und diesen nicht folgen können – Kindern mit Behinderungen, die nicht leicht in sportliche Aktivitäten eingebunden werden können – jungen Sportlern, die ihre körperlichen Fähigkeiten nicht im gleichen Maße wie ihre Spielkameraden entwickelt haben und deren Selbstvertrauen dadurch getrübt wird – Kindern, die entweder schüchtern oder nicht besonders kompetetiv sind, die aber Sport treiben möchten, solange sie nicht verletzt werden – Kindern, die Schwierigkeiten haben Freundschaften zu knüpfen und zu pflegen – Kindern mit offensichtlichen körperlichen Handicaps (zum Beispiel Fettleibigkeit, außergewöhnliche Körpergröße, Down-Syndrom, ADHS usw.)

Anita und Thomas Kinle

In Bewegung bringen

Theorie für die Praxis: Der Laufclub 21

Edition 21 im G&S Verlag, 2015, ISBN 978-3-945314-21-0, 122 Seiten, 29,21 Euro

Die Autoren Thomas und Anita Kinle möchten mit diesem Buch auf die sportlichen Möglichkeiten der Menschen mit Down-Syndrom, im Ausdauersport, aufmerksam machen. Sie möchten das Leben und die Gefühle der Menschen mit Down-Syndrom, wie sie diese im Training und Wettkampf seit rund 10 Jahren erleben, vorstellen.
Sie wollen die Chancen und das Plus für die Gesellschaft, welche für alle aus dem gemeinsamen Sport entstehen, ins Blickfeld rücken.
Menschen mit Down-Syndrom sind in der Lage einen Marathon zu laufen, einen Triathlon zu finnischen, die Zugspitze zu erklimmen, über einen offenen See schwimmen oder einen Nachtlauf durchzuhalten. Dies konnte sich vor Jahren kein Mensch vorstellen, mehr noch keiner versuchte es überhaupt.
Durch die Arbeit von Anita und Thomas Kinle und den von ihnen gegründeten Laufclub 21 konnten Menschen in Bewegung gebracht werden, die vom Sport zuvor fast ausgeschlossen waren.
In Ihrem Buch „In Bewegung bringen“, geben Anita und Thomas Kinle die gruppendynamischen, psychologischen, sportlichen und medizinischen Erfahrungen strukturiert weiter.
Das Buch richtet sich an Betroffene, Interessierte, Sportler, Mediziner, Therapeuten und an Orts-Vereine, die Menschen mit Down-Syndrom mitmachen lassen wollen. Dies soll die Integration von Menschen mit Down-Syndrom in normalen Vereinen vereinfachen und ermöglichen. In letzter Endkonsequenz wäre es wünschenswert, wenn der Laufclub 21 als solcher irgendwann nicht mehr gebraucht wird, weil Ortsvereine entsprechende Strukturen geschaffen haben.
Im zweiten Teil des Buches werden einige Sportler des Laufclub 21 vorgestellt. Die Bilder stammen vom Fotografen Norbert Wilhelmi. Er fotografierte Sie beim lernen in der Schule oder bei der Arbeit, in ihren privaten Zimmern, beim Sport und porträtierte sie vor einem neutralen Hintergrund. “Wir, die Marathonis und ich, haben bei unserer gemeinsamen Arbeit auf alles Drum-Herum verzichtet. Die Modelle durften sich sehr frei vor der Kamera bewegen. Ich war nur der Beobachter und Motivator, der im richtigen Augenblick den Auslöser drückte.“ Entstanden ist eine sehr liebevolle und warme Reportage, die uns ganz besondere Menschen näher bringt und in ihren Alltag schauen lässt.
Im Buch werden weiterhin die Thomas Benjamin Kinle Beratungsstelle für Menschen mit Down-Syndrom in Fürth und der Marathon zum Welt-Down-Syndrom-Tag vorgestellt. Beides sind Verzweigungen vom Laufclub 21.
»Gehen wir davon aus, dass das Down-Syndrom keine Behinderung ist, sondern ein Ausdruck der Vielfalt unserer Natur, wie anders erscheint dann in diesem Moment unsere Welt« (Anita Kinle)

Giese/Weigelt (Hrsg.)

Inklusiver Sportunterricht in Theorie und Praxis

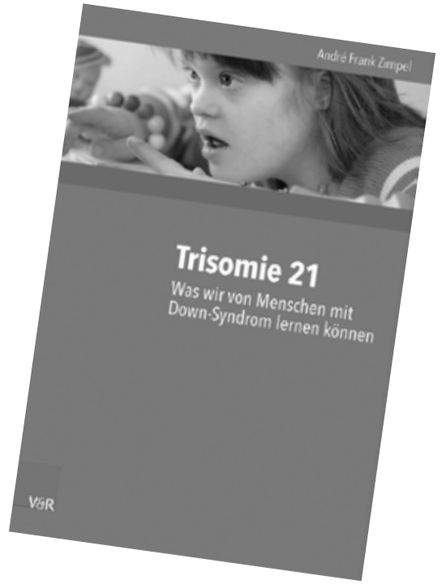
Meyer & Meyer Verlag, 2015, ISBN 978-3-89899-971-7, 219 Seiten, 24,95 Euro

Der Inklusionsdiskurs ist allgegenwärtig und wird die gegenwärtige Bildungslandschaft verändern. Dennoch fehlt es bisher sowohl in der Behindertenpädagogik als auch in der Sport- und Bewegungspädagogik an einem einheitlichen Verständnis dessen, was unter „der“ Inklusion genau zu verstehen sei. Dies Buch versucht im ersten Teil, die Diskussion um eine einheitliche inklusive Sportdidaktik anzustoßen. Im zweiten Teil werden erprobte und reflektierte Unterrichtsbeispiele vorgestellt, die auf den theoretischen Überlegungen basieren und zeigen möchten, wie inklusiver Sportunterricht aussehen kann.

Medien

Einen neuen Blick auf Lernleistungen von Menschen mit Trisomie 21 wagen

Von Joachim Rose



Das neue Buch, herausgegeben von André Zimpel, versucht, einen neuen Blick auf die Fähigkeiten von Kindern mit Trisomie 21 zu nehmen, insbesondere was ihre Lernfähigkeiten betrifft. Die Stärke des Buchs besteht daher in dem Nachweis, dass Menschen mit Trisomie 21 messbar lern- und leistungsfähig in bestimmten Bereichen sind, was der Autor in seinen jahrelangen Studien und mit wissenschaftlichen Untersuchungen nachweist. Menschen werden bei Zimpel nicht etwa in behindert und nicht-behindert unterteilt, wie es noch in weiten Teilen von Gesellschaft, Bildungspolitik und sogar der Sonderpädagogik gesehen wird. Stattdessen beruft sich der Autor auf Messdaten zur Hirntätigkeit und sieht Menschen mit Trisomie 21 in vielen Bereichen der Hirntätigkeit einfach als abweichend von „neurotypischen“ Personen, ohne dies als schlechter zu bewerten. Damit gelingt es beim Lesen von Zimpels Untersuchungen, Menschen mit Trisomie 21 nicht nur anhand von Defiziten zu betrachten, wodurch mit dem traditionellen Schubladendenken aufgeräumt wird. So stellt Zimpel die gängigen Urteile von „geistig behindert“ und „minderem IQ“ bei Menschen mit Trisomie 21 grundsätzlich infrage und spricht diesen Menschen eine hohe Lernfähigkeit (= Intelligenz) im sozialen Bereich zu, was für Zimpel ebenso wertvoll ist. Allgemein berichtet der Autor hierzu sehr ausführlich von seinen wissenschaftlichen Studien und verwendet unzählige Verweise auf andere Forschungsergebnisse, schreibt aber trotzdem kurzweilig, so dass das Buch auch für Eltern, Therapeuten oder Lehrkräfte interessant sein könnte.

In einigen Kapiteln bricht er leider dann ab, wenn es gerade spannend wird. So berichtet er in „Von Rabbis und Nonnen lernen“ von den erstaunlichen Erfolgen, wenn Rabbis in israelischen Synagogen erwachsenen Menschen mit Trisomie 21 Lesen und Schreiben beibringen, erläutert aber nicht weiter, wie dies denn nun funktioniert und verweist stattdessen lediglich auf die (englischsprachige) Veröffentlichung einer Professorin aus Tel Aviv. Die anderen Ausführungen dieses Kapitels „Neurodiversität und Aufmerksamkeit“ sind sehr speziell aus dem Bereich der Bio-Chemie sowie der Neurowissenschaften, münden aber glücklicherweise immer in eine allgemein verständliche Zusammenfassung. Sollte ich später einmal vergessen haben, worum es in dem Buch geht, dann blättere ich immer zu jeder Kapitelzusammenfassung und dann hab ich‘s wieder.

Das letzte Drittel des Buches wird von Artikeln von vier weiteren Autorinnen und Autoren bestritten. Insbesondere im Artikel von Alfred Christoph Röhm fand ich den Buchtitel gut wieder, da er die Stärken von Menschen mit Trisomie 21 bei Kreativität und Fokussierung der Aufmerksamkeit herausstreicht.

André Frank Zimpel (Hg):

Trisomie 21

Was wir von Menschen mit Down-Syndrom lernen können

Vandenhoeck & Ruprecht: Göttingen 2016, 222 Seiten, 20,00 Euro

Literatur / Neuerscheinungen

Kinderbuch:

Sinn und Verstand GbR

Der Raub

Lesestufe 5

Das bunte Zebra Verlag, 2016, ISBN 978-3-96030-002-1, 52 Seiten, 19,94 Euro

Geschichten über die täglichen Abenteuer der Familie Heinrich. Familie Heinrich hat zwei Kinder Tim, 8 J. (mit Down-Syndrom), und Ida, 10 J.. Dann gibt es noch die Vierbeiner Wuffi und Lili.

Conny Wenk

Wandkalender A little extra 2017

Farbfotografien von Kindern und Jugendlichen mit Down-Syndrom

12 Monatsblätter mit Deckblatt und fester Rückwand, Format 34 x 34 cm, Spiralbindung

Neufel Verlag, 2016, ISBN 978-3-86256-071-4, ca. 14,90 Euro

Doro May

Das Leben ist schön, von einfach war nie die Rede

Meine besondere Tochter ist erwachsen

Neufeld Verlag, 2016, ISBN 978-3-86256-075-2, Paperback, 144 Seiten, ca. 14,90 Euro

Doro May erzählt von ihrer Tochter Tina (27), die mit Down-Syndrom und Autismus zur Welt kam. „Als Tina vor 27 Jahren in meine ‚heile Welt' kam, hätte ich als unerfahrene Mutter eines besonderen Kindes gerne über die Themen gelesen, die mein Buch nun aufgreift: Sexualität bei Behinderung, Werkstätten für Behinderte, Lebenshilfe ... Überhaupt hätte es mich getröstet zu erfahren, dass das Leben munter weitergeht, dass man interessante Menschen kennenlernt, dass man sich nicht mit dem besonderen Kind verstecken muss; dass man aber auch nicht so tun muss, als sei alles eitel Freud und Sonnenschein – kurz: Ich hätte so ein Buch verschlungen!"

Jenny Klestil

Glück kennt keine Behinderung

Das bunte Zebra Verlag, 2. Aufl. 2016, ISBN 978-3-96030-000-7, ca. 168 Seiten, 19,94 Euro

Seit März 2015 fotografiert Jenny Klestil ehrenamtlich Familien, die mit dem Down-Syndrom leben. Aus einer kleinen Idee zum Welt-DS-Tag ist mittlerweile ein großes Projekt geworden. Rund 140 Familien hat die Fotografin bereits porträtiert. Die bisherigen Fotos sind inzwischen deutschlandweit in Ausstellungen zu stehen. Zweck der Aktion ist es, Ängste und Hürden abzubauen und es den Familien zu ermöglichen, schöne und authentische Bilder von sich und ihren Liebsten zu haben, bei denen die Behinderung keine Rolle spielt.

Philina Nase

Die Welt ist bunt

Das bunte Zebra Verlag, 2016, ISBN 978-3-96030-001-4, 100 Seiten, 14,95 Euro

Alles hat angefangen, als unsere beste Freundin ihr erstes Buch veröffentlichte. Meine Tochter, die vor knapp 14 Jahren bei ihrer Geburt noch ein Chromosom mehr mitbrachte, war sie so sehr beindruckt, dass sie sich entschied auch ein Buch zu schreiben. Alles was in dem Buch steht sind ihre eigenen Gedanken.

Bernadette Wiesner

Clever forever

Gedächtnistraining für Menschen mit dem gewissen Extra

DS-Infocenter, https://shop.ds-infocenter.de/de/foerdermaterial/clever-forever, 162 Seiten, 35,00 Euro
Auch das Gehirn von Menschen mit Down-Syndrom und anderen kognitiven Herausforderungen kann mit der richtigen Ernährung, gezielter Bewegung, aktivem Musizieren, anregenden Sozialkontakten und lustigem Gedächtnistraining lange Zeit leistungsfähig bleiben. Wichtig ist, frühzeitig dafür Vorsorge zu treffen und das Gehirn bereits in jungen Jahren zu beschützen. Diese Buch bietet Ihnen einen spannenden Einblick in aktuelle Forschungsergebnisse und vielfältige praktische Tipps, die Sie dazu inspirieren werden, sofort loszulegen.

Christel Manske

Inklusive LeseFibel

für Kinder mit Down-Syndrom, Leseratten und Legastheniker

Lehmanns Media 2016, ISBN 978 3 86541 979 8, 159 Seiten, 19,95 Euro

Im inklusiven Unterricht sind Kinder unterschiedlicher Entwicklungsstufen in einer Klasse. Das ist für die Kinder und die Lehrer eine Herausforderung. Einige Kinder können schon lesen, einige kennen die Buchstaben, einige sprechen die Laute und einige kommunizieren mit Hilfe von Handzeichen. Alle Kinder wünschen sich, gemeinsam lesen zu lernen. Die inklusive Lesefibel berücksichtigt alle Entwicklungsstufen. Zu Beginn jeder Lesestunde sorgt der Lehrer für Geborgenheit und Harmonie. Danach handeln alle Kinder gemeinsam mit einem Gegenstand. Dann werden diese Handlungen im Bild und im Rollenspiel aufgehoben. Zum Schluss werden Handlung und Rollenspiel mit einem Buchstaben bezeichnet. Die Kinder mit Down-Syndrom, Kinder mit Legasthenie oder Lernbehinderung unbekannter Genese konnten auf diese Weise bereits ab dem dritten Lebensjahr mit Freude und erfolgreich mit dem Lesenlernen beginnen.

Angela Hallbauer, Annette Kitzinger (Hrsg.)

Unterstützt kommunizieren und lernen mit dem iPad

Loeper Literaturverlag, 3. Aufl. 2015, ISBN 978-3-86059-243-4, 168 Seiten, 24,90 Euro

Das iPad ist in der sonderpädagogischen Förderung zu einem beliebten und inzwischen weit verbreiteten Medium geworden. Es ist mehr als nur cool! Neben seinem hohen Aufforderungscharakter punktet es mit einfacher Bedienbarkeit, umfassenden Einstellungsmöglichkeiten und einem reichhaltigen Angebot an Apps und Zubehör für Menschen mit Behinderungen. Spielerisch und spaßbetont im Umgang fördert es Kooperation und Lernbereitschaft.
Das Buch präsentiert interessant und abwechslungsreich, wie das iPad als Kommunikations-, Motivations- und Lernhilfe genutzt werden kann.
Zahlreiche praktische Beispiele zeigen u. a. den Einsatz des iPads im schulischen und therapeutischen Kontext, in der Sprach- und Kommunikationsförderung, in der Förderung von Kindern mit Autismus sowie als nützliches Werkzeug in Beratungs- und Diagnostikprozessen.
Inklusive Vorstellung wichtiger deutschsprachige Kommunikations- und Lernapps sowie vielen hilfreichen Tipps rund um das iPad.

Maria Braig

Spanische Dörfer – Wege zur Freiheit

Verlag 3.0, 2016, ISBN 978 3 95667 239 2, 198 Seiten, 11,80 Euro

„Böhmische Dörfer" nennt man in Böhmen „Spanische Dörfer".
Die Bezeichnung steht umgangssprachlich für etwas, das jemandem unbekannt oder auch unverständlich ist ...
Drei junge Menschen mit dem gleichen Ziel: Freiheit und Akzeptanz!
Irgendwo in Afrika macht sich eine junge Frau aus ihr unerträglichen Verhältnissen auf den Weg nach Europa, wo sie die Freiheit zu finden glaubt.
Enrique, der als Henriqua geboren wurde, geht nach München, weil er in Spanien keine Arbeit findet.
Sein Freund Leon hat das Down-Syndrom und möchte Lehrer werden. Sein großes Vorbild ist Pablo Pineda.
Gemeinsam suchen sie einen Weg, wie Manso der Abschiebung entkommt und sie alle ohne Diskriminierung leben können. Leon hat schließlich eine verrückte Idee ...

Christa Engelhardt, Kerstin Kowalski, Thore Spilger

GeschwisterTREFF – „Jetzt bin ICH mal dran!"

Praxishandbuch zur Förderung der Resilienz von Geschwistern chronisch kranker, schwerkranker und/oder behinderter Kinder

Bundesverband Bunter Kreis, 2015, ISBN 978-3-916958-1-6, 184, Seiten, 85,00 Euro
Ein Kurs zur Stärkung von sozial-emotionalen Kompetenzen bei Geschwisterkindern im Alter von 7 bis 14 Jahren.
www.bunter-kreis-deutschland.de/projekte/geschwisterkinder.html

Marlies Gude, Jessy Herrmann, Birgit Möller, Florian Schepper

Geschwister chronisch kranker und behinderter Kinder im Fokus

Ein familienorientiertes Beratungskonzept

Vandenhoeck & Ruprecht; 2016, ISBN 978-3525401996, 202 Seiten, 25,00 Euro

Es gilt, Angehörige in die psychosoziale Versorgung für chronisch kranke oder behinderte Kinder regelhaft einzubeziehen. Wie kann das gelingen? Es besteht

ein Versorgungsbedarf, der je nach Belastungserleben von überwiegend präventiven bis zu vereinzelten psychotherapeutischen Angeboten reicht. Die Versorgungsstruktur ist jedoch nach wie vor lückenhaft, fokussierte präventive Beratungsansätze für die Geschwisterkinder und ihre Eltern bzw. Familien fehlen. Das Buch schließt diese Lücke: Es legt ein theoretisch fundiertes, auf langjähriger Praxiserfahrung der Autorinnen und Autoren beruhendes Konzept zur gezielten Unterstützung der Geschwisterkinder vor, das an das Hamburger COSIP-Konzept für die Beratung von Kindern und ihren körperlich kranken Eltern anknüpft. Der kindzentrierte und familienorientierte Beratungsansatz zeigt, wie dem Geschwisterkind und seiner Familie in der Bewältigung der Situation gezielt geholfen werden kann. Nach einer ausführlichen Einführung in die Thematik stellen die Autoren das Beratungsvorgehen einschließlich Diagnostik und Therapie anhand zahlreicher Fallbeispiele dar. Die im Anhang und als kostenloses Download-Material zur Verfügung gestellten diagnostischen Schritte und Arbeitsmaterialien runden den hohen Praxiswert des Buchs ab.
Das Buch bietet eine Grundlage für alle, die in diesem Bereich bereits tätig sind und sich Anregungen für ihre Arbeit wünschen, sowie für diejenigen, die Angebote für Geschwisterkinder aufbauen und dazu befähigt werden wollen, die Kinder und Eltern kompetent zu unterstützen.

Isolde Stanczak, Andreas Podeswik

„Ich bin auch noch da!“

Ratgeber zu dem Thema Geschwisterkinder für Eltern von chronisch kranken und/oder behinderten Kindern Kostenloser Download: http://www.stiftung-familienbande.de/service/elternratgeber.html

Herausgeber: Bundesverband Bunter Kreis e. V., Novartis Stiftung FamilienBande, 2016

Elternratgeber, adressiert an Mütter und Väter in dieser besonderen Familiensituation, die nach Ideen und Inspirationen suchen, um die besonderen Herausforderungen in der Familie bestmöglich zu meistern.
Der Elternratgeber ist ausdrücklich nicht als Therapieunterstützung gedacht. Vielmehr handelt es sich um eine Sammlung von Informationen, Anregungen und Vorschlägen zum Thema Geschwisterkinder, die dabei helfen soll, die individuelle Situation besser zu verstehen und bewältigen zu können. Das vorgestellte Wissen stammt aus der Lebenspraxis erfahrener Eltern und Erkenntnissen von Experten in der Geschwisterbegleitung.

Ab 22. September 2016 in deutschen Kinos – ein Film, der geeignet ist, die Forderung nach frühzeitiger Auseinandersetzung mit Möglichkeiten und Folgen von Pränataldiagnostik zu unterstreichen, damit werdende Eltern nicht völlig unvorbereitet vor einer Entscheidung über Leben und Tod stehen:

24 WOCHEN

Astrid und Markus stehen mit beiden Beinen fest im Leben. Astrid lebt und liebt ihren Beruf als Kabarettistin, ihr Mann und Manager Markus unterstützt sie besonnen und liebevoll. Doch als die beiden ihr zweites Kind erwarten, wird ihr Leben aus der Bahn geworfen: Bei einer Routineuntersuchung erfahren sie, dass das Baby schwer krank ist. Die Diagnose trifft sie wie das blinde Schicksal, das sie auf sich nehmen müssen. Gemeinsam wollen sie lernen, damit umzugehen. Doch während Heilungspläne, Ratschläge und Prognosen auf sie niederprasseln, stößt ihre Beziehung an ihre Grenzen. Die Suche nach der richtigen Antwort stellt alles in Frage: die Beziehung, den Wunsch nach einem Kind, ein Leben nach Plan. Je mehr Zeit vergeht, desto klarer erkennen sie, dass nichts und niemand ihnen die Entscheidung abnehmen kann, die eine Entscheidung über Tod und Leben ist.

24 WOCHEN ist deutsches Kino, wie es sein sollte: voller Leben, geradeheraus und mit liebevoller Ehrlichkeit erzählt. Regisseurin Anne Zohra Berrached findet Bilder für eine sprichwörtliche Entscheidungs-Not, der mit den Mitteln der Sprache nicht beizukommen ist. Die grandiosen Hauptdarsteller Julia Jentsch und Bjarne Mädel ziehen uns in Bann, erschüttern uns, lassen uns nicht mehr los. Es gelingt ein ungemein kraftvoller Film aus dem Innenleben einer großen Liebe und einer vielleicht noch größeren Verzweiflung.

Wissenswertes

Pflegestärkungsgesetz II

Das Inkrafttreten des zweiten Pflegestärkungsgesetzes nehmen wir zum Anlass über die Änderungen zu informieren. Das Bundesministerium für Gesundheit schreibt auf seiner Website:
Mit dem Zweiten Pflegestärkungsgesetz (PSG II) vom 21. Dezember 2015 werden der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff und das neue Begutachtungsverfahren zum 1. Januar 2017 eingeführt. Die Selbstverwaltung in der Pflege ist beauftragt, im Jahr 2016 die Umstellung auf die fünf neuen Pflegegrade und die neuen Leistungsbeträge in der Praxis vorzubereiten, so dass die neuen Leistungen den 2,7 Millionen Pflegebedürftigen ab 2017 zugutekommen. Wichtige Verbesserungen für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen sind bereits seit dem 1. Januar 2016 in Kraft.

Verbesserungen bereits zum 1. Januar 2016
- Die Beratung Pflegebedürftiger und ihrer Angehörigen wird verbessert. Die Pflegekassen benennen feste Ansprechpartner für die Pflegeberatung. Pflegende Angehörige erhalten einen eigenen Beratungsanspruch. Die Zusammenarbeit aller Beratungsstellen vor Ort wird gestärkt.
- Die ärztliche Versorgung der Bewohner von Pflegeheimen wird verbessert. Durch das Hospiz- und Palliativgesetz werden stationäre Pflegeeinrichtungen verpflichtet, Kooperationsvereinbarungen mit niedergelassenen Haus-, Fach- und Zahnärzten zu schließen.
- Der Zugang von Pflegebedürftigen zu Maßnahmen der Rehabilitation wird gestärkt, indem die Pflegekassen und Medizinischen Dienste wirksame Verfahren zur Klärung des Rehabilitationsbedarfs anwenden müssen.
- Die Pflegekassen werden zur Erbringung von primärpräventiven Leistungen in stationären Pflegeeinrichtungen verpflichtet. Ziel ist, die gesundheitliche Situation der Pflegebedürftigen zu verbessern und gesundheitliche Ressourcen und Fähigkeiten zu stärken. Durch das Präventionsgesetz werden die Pflegekassen hierzu im Jahr 2016 insgesamt rund 21 Millionen Euro zur Verfügung stellen.
- Die Qualitätsmessung, Qualitätssicherung und Qualitätsdarstellung in der Pflege wird weiterentwickelt. Dabei wird der so genannte Pflege-TÜV grundsätzlich überarbeitet und vor allem der Ergebnisqualität wird größere Bedeutung gegeben. Dazu wird wissenschaftlicher Sachverstand herangezogen und die Entscheidungsfindung durch einen entscheidungsfähigen Qualitätsausschuss beschleunigt.
- Seit Ende 2014 unterstützt der Beauftragte der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten und Bevollmächtigte für Pflege, Staatsekretär Karl-Josef Laumann, die flächendeckende Einführung einer vereinfachten Pflegedokumentation (Strukturmodell) in ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen. Das PSG II stellt klar, dass die zeitliche Entlastung der Pflegekräfte durch das neue Pflegedokumentationsmodell nicht zu Personalkürzungen führen darf.
- Anspruch auf Übergangspflege (häusliche Krankenpflege, Haushaltshilfe sowie Kurzzeitpflege) als Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung durch Regelungen im Krankenhausstrukturgesetz

Am 1. Januar 2017 tritt der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff in Kraft
- Der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff schafft eine fachlich gesicherte und individuelle Begutachtung und Einstufung in Pflegegrade. Die Pflegesituation von Menschen mit geistigen und seelischen Beeinträchtigungen etwa bei demenziellen Erkrankungen wird bei der Begutachtung künftig in gleicher Weise berücksichtigt wie die Pflegesituation der Pflegebedürftigen mit kör-perlichen Einschränkungen. Mit dem neuen Begutachtungsinstrument können die Beeinträchtigungen und die vorhandenen Fähigkeiten von Pflegebedürftigen genauer erfasst und die individuelle Pflegesituation in den fünf neuen Pflegegraden zielgenauer abgebildet werden. Viele Menschen erhalten mit dem Pflegegrad 1 erstmals Zugang zu Leistungen der Pflegeversicherung. >

Die Hauptleistungsbeträge ab dem 1. Januar 2017 (in Euro)

	PG1	PG2	PG3	PG4	PG5
Geldleistung ambulant	125*	316	545	728	901
Sachleistung ambulant		689	1298	1612	1995
Leistungsbetrag stationär	125	770	1262	1775	2005

* Hier keine Geldleistung, sondern eine zweckgebundene Kostenerstattung

- Die neuen Leistungsbeträge bedeuten für viele Menschen höhere Leistungen. Die spürbaren Leistungsverbesserungen zum 1. Januar 2015 werden durch das Zweite Pflegestärkungsgesetz weiter ausgeweitet. Insgesamt stehen ab 2017 jährlich rund fünf Milliarden Euro zusätzlich für die Pflege zur Verfügung. Die gesetzlich vorgeschriebene Dynamisierung der Leistungen wird um ein Jahr auf 2017 vorgezogen. Damit stehen weitere rund 1,2 Milliarden Euro für bessere Leistungen der Pflegeversicherung zur Verfügung. *(Siehe Tabelle S. 69)*
- Die Leistungen in der ambulanten Pflege werden ausgeweitet und an den Bedarf angepasst. Pflegerische Betreuungsmaßnahmen zur Bewältigung und Gestaltung des alltäglichen Lebens im häuslichen Umfeld werden als Regelleistung der Pflegeversicherung eingeführt.
- Auch in stationären Pflegeeinrichtungen gibt es Verbesserungen für alle Pflegebedürftigen. Ab 2017 gilt in jeder vollstationären Pflegeeinrichtung ein einheitlicher pflegebedingter Eigenanteil. Der pflegebedingte Eigenanteil steigt künftig nicht mehr mit zunehmender Pflegebedürftigkeit. Zudem erhalten alle Pflegebedürftigen einen Anspruch auf zusätzliche Betreuungsangebote in voll- und teilstationären Pflegeeinrichtungen. Die Finanzierung erfolgt durch die soziale Pflegeversicherung.
- Rund 2,7 Millionen Pflegebedürftige werden zum 1. Januar 2017 automatisch in einen der neuen Pflegegrade übergeleitet. Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen werden automatisch von ihrer Pflegestufe in den nächst höheren Pflegegrad übergeleitet. Menschen, bei denen eine dauerhafte erhebliche Einschränkung der Alltagskompetenz festgestellt wurde, werden in den übernächsten Pflegegrad überführt. Alle, die bereits Pflegeleistungen erhalten, erhalten diese daher mindestens in gleichem Umfang weiter, die allermeisten erhalten mehr Unterstützung.
- Die soziale Absicherung von pflegenden Angehörigen wird verbessert. Die Pflegeversicherung wird für deutlich mehr pflegende Angehörige Rentenbeiträge entrichten. Dabei kommt es darauf an, in welchem Umfang die Pflege durch Pflegepersonen erbracht wird und in welchen Pflegegrad der Pflegebedürftige eingestuft ist. Auch die soziale Sicherung der Pflegepersonen im Bereich der Arbeitslosen- und der Unfallversicherung wird verbessert.
- Die regionale Zusammenarbeit in der Versorgung pflegebedürftiger Menschen vor Ort wird verbessert. Pflegekassen können sich an selbst organisierten Netzwerken für eine strukturierte Zusammenarbeit in der Versorgung beteiligen und diese mit bis zu 20.000 Euro je Kalenderjahr auf Ebene der Kreise/kreisfreien Städte fördern. Damit werden auch Ergebnisse des Forschungsprojekts „Zukunftswerkstatt Demenz“ des Bundesministeriums für Gesundheit umgesetzt.
- Die Rahmenverträge über die pflegerische Versorgung in den Ländern sind von den beteiligten Partnern der Selbstverwaltung an den neuen Pflegebedürftigkeitsbegriff anzupassen. Die Pflegesätze für stationäre Einrichtungen werden zum 1. Januar 2017 neu verhandelt oder mit einer Auffangregelung übergeleitet, damit es einen reibungslosen Übergang in das neue System gibt.
- Darüber hinaus wird die Selbstverwaltung verpflichtet, bis Mitte 2020 ein wissenschaftlich abgesichertes Verfahren zur Personalbedarfsbemessung zu entwickeln. Damit soll künftig festgestellt werden, wie viele Pflegekräfte die Einrichtungen für eine gute Pflege benötigen.
- Der Beitragssatz der Sozialen Pflegeversicherung steigt zum 1. Januar 2017 um 0,2 Prozentpunkte auf 2,55 bzw. 2,8 Prozent für Kinderlose.

(Quelle: Bundesministerium für Gesundheit www.bmg.bund.de/glossarbegriffe/p-q/pflege, zuletzt gesehen 27.6.2016)

Der Bundesverband der Lebenshilfe äußert sich enttäuscht über unveränderte Benachteiligung von Menschen in Einrichtungen der Behindertenhilfe
„Das heute vom Bundestag verabschiedete Zweite Pflegestärkungsgesetz bringt viele Verbesserungen. Enttäuschend ist aber, dass behinderte Menschen, die in Einrichtungen der Behindertenhilfe leben, davon weitgehend ausgenommen sind“, so Ulla Schmidt, Bundesvorsitzende der Lebenshilfe. Die Lebenshilfe begrüßt die Einführung des neuen Pflegebedürftigkeitsbegriffs. Denn die Begutachtung pflegebedürftiger Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen wie Demenz oder geistiger Behinderung wird dadurch verbessert. Jedoch kritisiert die Lebenshilfe, dass das Gesetz nur die Pflegeversicherung in den Blick nimmt und Menschen mit Behinderung weiter benachteiligt werden.
Menschen, die in Einrichtungen der Behindertenhilfe leben, erhalten monatlich nur höchstens 266 Euro aus der Pflegeversicherung, egal wie hoch ihr Pflegebedarf ist. Die überwiegende Finanzierung erfolgt über die Sozialhilfe. Dies ist nicht länger hinnehmbar. Ulla Schmidt erklärt dazu: „Pflegebedürftige Menschen mit Behinderung sind Mitglieder der Pflegeversicherung und zahlen Beiträge wie alle anderen auch. Sie müssen daher auch die gleichen Leistungen bekommen – unabhängig davon, wo sie leben.“ Was fehlt, ist ein übergreifendes Gesamtkonzept für pflegebedürftige und behinderte Menschen, die sowohl auf Leistungen der Pflegeversicherung wie auch auf Leistungen der Sozialhilfe angewiesen sind. Welche konkreten praktischen Folgen die Reform für sie haben wird, ist ungewiss.
(Quelle: Bundesvereinigung Lebenshilfe, Pressestelle, 13.11.2015, http://www.lebenshilfe.de/de/presse/2015/artikel/Bundestag-beschließt-Zweites-Pflegestärkungsgesetz.php, zuletzt gesehen 27.6.2016)

Seminare

Großelternseminar „Enkelkind mit Down-Syndrom“

von Sabine Schaefer

Ich heiße Sabine Schaefer, bin Mutter von vier Söhnen und Großmutter von drei Enkelkindern, von denen das jüngste mit dem Down-Syndrom lebt. Mein ältester Sohn hat mich zu diesem Seminar bei KIDS Hamburg e.V. angemeldet. Er ist der Vater von Anton (6 J.), Josephine (4J.) und Felix Maximilian (8 Mon.) , der völlig unerwarteter Weise mit dem Down-Syndrom geboren wurde.

Kiel 27.2.2016, sonnabends, 8 Uhr morgens:
Durch dichtesten Nebel fahre ich auf der A7 Baustellenautobahn nach Hamburg und denke: „ Muss diese Fahrt jetzt wirklich sein ?“ ...
Doch, denke ich, ich möchte mehr über mein besonderes Enkelkind wissen, das macht den Umgang mit ihm noch sicherer.
Bei KIDS Hamburg e.V. treffe ich auf 12 Teilnehmer (10 Frauen,2 Männer). Nach der Begrüßung durch die Seminarleiter Frau Ahrens und Frau Fischer, beide von Beruf Krankenschwestern, beide haben Söhne, die mit dem Down-Syndrom leben.

TOP1: Vorstellung der Teilnehmer:
Die aktuelle familiäre Situation mit einem Enkelkind, das mit dem Down-Syndrom lebt, wird geschildert und fällt vielfach sehr emotional aus.

TOP2: Vortrag von Ceri Wiedling, sie ist Medizinstudentin und hat einen Bruder mit Down-Syndrom:
Der Vortrag skizziert präzise und für alle verständlich das Entstehen dieses zufälligen Gendefektes. Es folgt die Auflistung der damit verbundenen möglichen angeborenen Anomalien und deren Behandlungsoptionen. Die verschiedenen Möglichkeiten einer Pränataldiagnostik werden dargestellt, auch unter ethischen Gesichtspunkten.
Ein medizinisches Vorsorgeprogramm für Kinder mit Down-Syndrom soll frühzeitig evtl. gesundheitliche Schwierigkeiten erkennen, die sich dann frühzeitig behandeln lassen.

Fazit: Die meisten Punkte sind den Teilnehmern schon durch Anlesen entsprechender Literatur bekannt, hier kann man aber zeitgleich der Referentin Fragen dazu stellen.

Nach einer kurzen Mittagpause mit liebevoll angerichtetem Büfett ist Gruppenarbeit konzipiert.
In Kleingruppen sollen vier Fragen diskutiert, beantwortet und das Ergebnis der Großgruppe präsentiert werden.
Was wusste ich vorher vom Down-Syndrom?
Wie fühlte ich mich im Moment der Diagnose?
Wie fühle ich mich heute?
Welche Wünsche habe ich für mein Enkelkind?

Konkrete Fragen erfordern konkrete Antworten.
Die Gruppenarbeit ergab folgendes Ergebnis:
- Das „Überraschungsei» Down-Syndrom erfordert eine Auseinandersetzung mit einer bislang «unbekannten» Situation. >
- Die Akzeptanz dieser neuen Lebenssituation ist immer sehr emotional und sehr individuell geprägt und hängt vielfach von familiärer und

Unterstützung von außen ab.
- Die Zeitdauer bis der Lebensentwurf vom «Wunschkind» überdacht und auf neue Füße gestellt wird ist unterschiedlich lang.
- Die Wünsche: ein selbstbestimmtes Leben im Rahmen der jeweiligen Möglichkeiten in einer vorurteilsfreien Gesellschaft, die keine Normen festlegt.

Abschließend wurden Möglichkeiten der Inklusion in Kindergarten, Schule, Ausbildung, Wohngemeinschaft vorgestellt, immer mit dem Hinblick auf eine Balance zwischen Fördern und Überfordern, Beschützen und Loslassen.

Ende 17.30 ... auf der A7 Richtung Kiel

Der Nebel von heute früh ist verschwunden, ich fahre sehr zuversichtlich nach Hause. Das Seminar hat viele Facetten des Lebens mit einem Kind mit Down-Syndrom beleuchtet.

„Besondere“ Kinder halten für ihre Familien „besondere“ Aufgaben bereit, die aber durchaus zu meistern sind mit dem Ziel: das Kind ist glücklich und ich auch. Das haben die authentischen Referentinnen anschaulich dargestellt. Die Fürsorge für diese Kinder wird wohl länger dauern als für „normale“ Kinder und wird auch zeitaufwendiger sein. Um auch „holprige“ Wege zu meistern gibt es aber Hilfsorganisationen (z.B. KIDS Hamburg e.V.) die vielschichtige, erfahrungsintensive Hilfen anbieten. Gerade Großeltern mit einem größeren Zeitkontingent als Eltern haben wertvolle Möglichkeiten sich in diese Fürsorge einzubringen. Mein Gedanke ist aber auch: dieses „besondere“ Kind wird auch jeden von uns verändern, indem wir eine neue „Gangart“ einschlagen und mit einer neuen „Wegrichtung“ eine ganz andere Sichtweise auf unser Leben bekommen. Welch ein Glück, dass dieses Kind in unsere Familie gekommen ist!

Wieder da:

Beratungsangebot für Großeltern bei KIDS Hamburg e.V.

Wolfgang Ohde, Großvater eines Mädchens mit Down-Syndrom, hat sich dankenswerter Weise bereit erklärt für KIDS Hamburg e.V. die telefonische Beratung von Großeltern zu übernehmen. Interessierte können sich gerne im Vereinsbüro melden telefonisch 040/38 61 67 80 oder per Mail: info@kidshamburg.de
Wir werden dann gerne den Kontakt herstellen.

Bericht über das Großelternseminar „Ich habe ein Enkelkind mit Down-Syndrom“ am 27. Februar 2016 bei KIDS Hamburg e. V.

Von Birgit und Wolfgang Ohde

Prinzessin Sonnenschein (Name natürlich geändert) wurde in einer Nacht- (aber keinesfalls Nebel-) aktion im September 2014 geboren.

Mit den Eltern (und dem Enkelsohn, manchmal Ritter Rost genannt, gut zwei Jahre älter) war vereinbart, dass Oma und Opa aus Hamburg sich bei Eintritt des Ernstfalls und nach entsprechender Telefonnachricht auf den Weg zum geplanten Geburtsort machen, einem Westküstenklinikum in Schleswig-Holstein. Der Anruf kam nachts um drei Uhr, die junge Familie war in aufgeregter Erwartung bereits im Krankenhaus. Als Oma und Opa eintrafen, war die Aufregung größer geworden und nicht zuletzt nach zügiger Autofahrt in die schleswig-holsteinische Kreisstadt auch bei Oma und Opa angekommen, der kleine Ritter Rost entsprechend unruhig. Papa war froh, dass er sich nun ausschließlich um seine hochschwangere Liebste kümmern konnte, aber auch mitleiden musste.

Oma und Opa fuhren mit dem Enkelsohn weiter in sein Zuhause. Noch bevor wir Ritter Rost in den Kindergarten bringen konnten, kam aus dem Krankenhaus die „Geburts-SMS“. Prinzessin Sonnenschein war ohne weitere Komplikationen in unsere Welt gekommen. Enkelsohn und Kindergarten freuten sich wie Oma und Opa über diese Nachricht.

Ca. zwei Stunden später gab es eine neue Nachricht. Die Ärzte hätten den Verdacht des Down-Syndroms geäußert.

Die Welt hielt an, stand still, wurde klein, eng, trotzdem unüberschaubar. ...

Alles fühlte sich plötzlich völlig verändert an.

Immerhin haben wir aufgrund unserer beruflichen Situation in sozialpädagogischen Helfersystemen einiges Wissen um Besonderheiten der Trisomie 21 und waren auch privat-persönlich mit existenziellen nachhaltigen Lebenskrisen vertraut. Darüber hinaus hat unsere Schwiegertochter über ihre mütterliche Betroffenheit hinaus als Ärztin einen professionell noch anders ausgerichteten Zugang zu diesem Thema.

So kamen wir zur Gebärden unterstützten Kommunikation (GuK) bei der Sprachentwicklung von Kindern mit Trisomie 21 nach Prof. Dr. Etta Wilken und KIDS e. V. Hamburg und diesem Seminar. Am Veranstaltungstag war die freundliche Begrüßung durch die Mitarbeiterinnen / Dozentinnen ein motivierender Türöffner zunächst in die sehr hellen, förmlich lichtgefluteten Räume im Campus Uhlenhorst. Ein Kreis bunter Stühle offerierte recht zwanglose Gestaltung. Zehn Großmütter und zwei (!) Großväter stellten sich und ihre acht Enkelkinder vor.

Die Dozentinnen (Wibke Ahrens, Bettina Fischer und Ceri Ahrens) informierten angemessen ausführlich über medizinische Besonderheiten von Kindern mit Down-Syndrom und referierten zu wichtigen juristischen Fragestellungen einer immer komplexer und somit schwerer überschaubaren Bewertung der Rechtsstellung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Down-Syndrom (wie u. a. Behindertentestament, Heranziehung bei Inanspruchnahme staatlicher Leistungen, Möglichkeit sach- und/oder geldwerter Vermögensbildung usw.).

Den – sinnvollerweise – breitesten Raum dieser Tagesveranstaltung nahmen, wie es sich in der Vorstellungsrunde andeutete, uns selbst tw. erschütternde Berichte von Teilnehmer_innen über ihr Erlebtes mit der Diagnose „Down-Syndrom“ ein. In Arbeitsgruppen wurde die persönliche Betroffenheit vertieft und konkretisiert. Bei der Zusammenstellung der Arbeitsgruppen wurde – ganz wichtig ! – darauf geachtet, dass quasi nur ein Kind vertreten war, nicht also z. B. beide Großmütter oder Oma und Opa eines Enkelkindes in derselben Arbeitsgruppe saßen.

In m. E. zeitlich nicht ausreichenden fünfzig Minuten wurde den Fragen nachgegangen:
Welches Bild hatte ich von Menschen mit Down-Syndrom vor der Geburt meines Enkelkindes ?
Wie war es für mich, als mein Enkelkind geboren war?
Wie ging es mir?
Wie geht es mir heute?
Was wünsche ich mir für die Zukunft?

In der Auseinandersetzung mit diesem Fragenkatalog wurde die tw. außerordentliche Betroffenheit von Teilnehmer_innen in der Konfrontation mit Situationen und Personen im Verwandten- und Bekanntenkreis sowie professionellen Helfersystemen (Arztpraxen, Krankenhäuser, therapeutischen Einrichtungen) deutlich.

Sicher geglaubte Gewissheiten und Überzeugungen aus dem ganz praktischen Lebensalltag waren von einem auf den anderen Moment in Frage gestellt. Der Sinn des Lebens stand nicht selten auf dem Prüfstand. Medizinisches Fachpersonal wurde als unfähig geschildert, sich in Ängste und Nöte Betroffener bei der Konfrontation mit der die Welt einstürzenden Diagnose des Enkelkindes einzufühlen. Auf medizinisch-technische Zusammenhänge reduziert wurde Distanz zu Großeltern aufgebaut, die voller Angst und Sorge um das Leben ihres vielleicht ersten Enkelkindes die Welt nicht mehr verstanden und zunächst nur Hoffnung suchten. So berichtete ein immerhin promoviertes Arbeitsgruppenmitglied, das es aus einem kleinen Dorf der Republik stamme und vor der Geburt des Enkelkindes noch nie etwas über das Down-Syndrom gehört hätte. Für mich ein Beleg für die herausragende Bedeutung einer Veranstaltung wie dieser. Denn erst wenn Nicht-Wissen und Phantasie durch Wissen und Information ersetzt werden, können konkrete Lösungsstrategien entwickelt werden, die eine Chance auf Umsetzung, auf Lösung von Problemen haben.

Also machen wir Großeltern uns daran, weiter zu lernen, neugierig zu sein und uns für die Weiterentwicklung der Rechte unserer Enkelkinder zu engagieren. Wie heißt es in anderen Zusammenhängen? „Alte sind gefährlich, sie haben nichts zu verlieren!“

Und wenn ich dann mal wieder in die blauen Augen von Prinzessin Sonnenschein sehe, sie ihre Wangen aufbläst, den Mund spitzt, unversehens nach meiner Nase greift und die scharfen „Krallen“ freudestrahlend in die (Nasen-)Spitze kneifen, ist das zunächst zwar schmerzhaft, aber eben ihre Form der Zuneigung und meine Portion Tagesglück.

Ich wünsche mir weiter, dass mehr Großeltern – vor allem Großväter – bereit sind, über ihre Ängste und Unsicherheiten zu sprechen und erfahren, dass Krisen eine Chance für Veränderungen bieten. Denn dass die gesellschaftliche Akzeptanz gegenüber Menschen mit eher besonderen Eigenheiten nicht bloß der Veränderung bedarf, ist unbestritten. Im Gegenteil sind hier gewaltige Entwicklungen notwendig, bis Wissen, Interesse, Verständnis und Toleranz nicht nur allgemeingültige, sondern auch praktizierte Merkmale unserer Gesellschaft sind. Und dies haben sich alle Großeltern im Seminar für ihre Enkelkinder gewünscht.

Zu diesen Wünschen gehört auch der Ausbau von Beratungs- und Unterstützungsprogrammen zur Förderung der Entwicklung und Teilhabe Betroffener, die in ganz besonderer Qualität und Quantität Orientierung und Sicherheit brauchen. Darüber würde sich nicht nur Prinzessin Sonnenschein freuen. So wäre ich beim nächsten Großelternseminar zu diesem Thema gern einer von mehr als zwei Großvätern.

Seminarbericht
von Dr. Berrit Becker-Wagner

Ernährung für Menschen mit Down-Syndrom

Referentin:
Dipl, oec. Troph. Margarete Nowag

Nach zwei Jahren intensiver Beschäftigung mit den Themen Ernährungsumstellung, gesunder abwechslungsreicher Nahrung und der Möglichkeiten der Einsparung von Kalorien ohne zu viel Kraft zu verlieren, bin ich skeptisch in dieses Seminar gegangen. Meine Zweifel, keine neuen Erkenntnisse zu gewinnen, wurden gleich von Anfang an ausgeräumt. Frau Nowag vom Bildungshaus Hamburg zog das Auditorium durch ihre offene und interessante Art des Vortrages sehr schnell in ihren Bann. Sie ging sehr gut auf Fragen ein und erläuterte anhand der Antworten auch sehr individuelle Lösungsvorschläge. Ob es nun um spezielle Diäten bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten, das Training des Sättigungsgefühls, das Heranführen an verschiedene Nahrungsmittel, die Möglichkeiten der Erhöhung des Energiebedarfs oder auch die Einsparung von Kalorien ging, sie beantwortete alle Fragen sehr ausführlich.

Die vier Hauptpunkte des Vortrages von Frau Nowag waren:

1. inführung in die gesunde, ausgewogene Kost
2. as Down-Syndrom und seine Besonderheiten für die alltägliche Ernährungsumstellung

a) Hunger, Appetit, Sättigung
b) Übergewicht und Adipositas
c) Unverträglichkeiten

3. Der Alltag: Bewegung und Ernährungsumstellung

a) Das Essen als sozialer Aspekt
b) Umgang mit Konflikten rundum das Essen

4. Chancen in der Ernährungserziehung

Zunächst wurden die 10 Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung vorgestellt.
Sehr anschaulich erläuterte Frau Nowak in der 1. Regel die Ernährungspyramide und die alltagstaugliche Möglichkeit über die sogenannte „Handregel“ geeignete Portionsgrößen festzulegen. Gerade auch für Menschen im Arbeitsalltag können so die Portionen in der Gemeinschaftsverpflegung an die Mengenbedürfnisse einzelner Menschen angepasst werden. Menschen mit Trisomie 21 können einen besonderen Energie- bzw. Nährstoffbedarf besitzen. Aufgrund eines möglichen niedrigeren Muskeltonus, durch Fehlstellungen oder durch Antriebsschwäche hervorgerufene eingeschränkte Bewegungsmöglichkeiten, sowie eines reduzierten Stoffwechsels ist der Energiebedarf erniedrigt. Im Gegensatz hierzu steht ein durch hohen Speichelverlust, durch Verdauungsprobleme aufgrund von Fehlbildung im Magen-/Darmbereich oder auch durch Unverträglichkeiten hervorgerufener erhöhter Bedarf an Nährstoffen.

Die weiteren Regeln beschäftigen sich mit der Menge und Zusammensetzung von Kohlenhydraten, der Bedeutung von Obst- und Gemüse, dem Für und Wider zur vegetarischen/veganen Ernährung, der Bedeutung von Fetten, Zucker und Gewürzen, der essentiellen Menge an Flüssigkeit und wie die Nahrung zubereitet und auch genossen werden sollte. Die wichtigste Regel kam zum Abschluss des ersten Teils: Auf das Gewicht achten und in Bewegung bleiben. Warum ist dies gerade bei Menschen mit Trisomie 21 so wichtig? Aufgrund des verringerten Grundumsatzes werden weniger Kalorien, als in den meisten Empfehlungen vorgegeben, benötigt. Ein weiteres Problem ist der erhöhte Hormonspiegel, welcher zu einer geringeren Sättigung führt. Zu diesem Punkt gab Frau Nowak sehr hilfreiche Hinweise. So empfahl sie ein frühzeitiges Training des Sättigungsgefühls durch das Zeigen, wann die Eltern selber satt sind, zum Beispiel, wenn sich der Bauch wölbt oder die Beschreibung, wie es sich anfühlt satt zu sein. Kinder sollten auch nicht unbedingt animiert werden, noch mehr zu essen, obwohl sie satt sind, nur weil der Teller noch nicht leer ist. Zur Sättigung tragen auch solche kleinen Tricks, wie ein Glas Wasser mit Kohlensäure vor dem Essen oder eiweiß- und ballaststoffreiche Nahrung, bei.

Ein weiterer Punkt des Vortrages befasste sich mit dem Thema Lebensmittelauswahl und möglichen Wegen zur Veränderung der Essgewohnheiten durch Hilfestellung für das Kind, aber auch für die Eltern.

Einen weiteren großen Block bildete das Thema Erkrankung und Ernährung. Hier wurden verschiedene Krankheiten vorgestellt, die bei Menschen mit Trisomie 21 häufiger vorkommen. Dies können gastrointestinale Fehlbildungen, Adipositas, chronische Obstipation, aber auch psychische bzw. kardiovaskuläre Erkrankungen sowie Beeinträchtigungen des Immunsystems und damit erhöhte Infektanfälligkeit sein. Zu all diesen Krankheitsbildern wurden mögliche Ernährungsvorschläge unterbreitet. Eine große Frage des Auditoriums befasste sich mit den Möglichkeiten zur Vermeidung von Übergewicht. Hier gab Frau Nowak Empfehlungen wie, feste Regeln für das Essen einzuführen (z.B. maximal 3-5 Mahlzeiten am Tag, kein Naschen zwischen durch, keine Ablenkung während der Mahlzeiten, Vermeidung von Schüsseln auf dem Tisch, Essen nicht als Frustregelung), eigenen Beobachtungen und Erfahrungen zu berücksichtigen, (Warum wird gegessen? Wie verhält sich mein Kind, wenn es Hunger hat, wenn es satt ist) oder auch persönliche Ziele festzulegen.

Nach gefühlten nur negativen Seiten der Ernährung stellte uns Frau Nowak die emotionale Seite des Essens vor. Welche Hormone sind an der Wirkung verschiedener Nahrungsmittel beteiligt? Welche Faktoren üben einen Einfluss auf unsere tägliche Ernährung aus? Warum kann uns ein leckeres Essen glücklich machen?

Den Abschluss des gelungenen Vortrages bildet eine Übersicht zu Wegen der Veränderung. Hier wurden verschiedene Möglichkeiten des Einbaus der Veränderungen in den Alltag gezeigt, wie z. B. eine klare Mahlzeitenstruktur, die Erhöhung des Grundumsatzes durch Muskelaufbau und auch die Motivation zur Bewegung sowie die Förderung der Autonomie.

Insgesamt zeigte das Seminar viele interessante Aspekte im Rahmen der besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Trisomie 21 und erhöhte das Verständnis für das an den Tag gelegte Verhalten.

Ein dicker Dank auch an das Team von KIDS Hamburg e.V., welches durch die Organisation und die tolle Verpflegung dieses rundum gelungene und lehrreiche Seminar ermöglicht hat.

Carlos Escalera zum Thema

Umgang mit abweichendem und aggressivem Verhalten bei Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen

Seminarbeschreibung von Annika Korte

Mit einem Augenzwinkern und dem Hinweis „Heute Abend kann ich Karate!“ verabschiede ich mich von meinen Kindern, zwei Jungen im Alter von 11 und 8 Jahren, in den Vortrag von Carlos Escalera. Natürlich wurde dort kein Kampfsport gelehrt, sondern sehr differenziert und vielschichtig die Ursachen für aggressives Verhalten betrachtet. Ebenso wurden konkrete Situationen, die vor allem auch aus der Zuhörerschaft kamen, analysiert.

Bei uns ist es das Loskommen und der Gang zur Toilette, was die Familie regelmäßig in Aufruhr versetzt. Unser Sohn Luca (11 Jahre, 47 Chromosomen) kann scheinbar problemlos und über viele Stunden, auch morgens nach dem Aufstehen, auf das Wasserlassen verzichten. Das macht mir regelmäßig große Sorgen, während Luca auf allen Ohren taub scheint. Oft werde ich laut und drohe mit Nutella-Entzug, was dann wiederum unseren Sohn total in Rage bringt. Am Ende sind wir beide sauer und – man ahnt es schon – unser Herzblatt war immer noch nicht auf der Toilette ... Hier erhoffte ich mir also Tipps vom Experten.

Die kamen zunächst in Form eines Analyse-Werkzeugs: Zu Beginn seines Vortrags beschrieb Carlos Escalera die psycho-sozialen Bedürfnisse, nach deren Erfüllung seiner Meinung nach alle Menschen streben: In früher Kindheit stehen Sicherheit und Vertrauen im Mittelpunkt, später kommen die Bedürfnisse nach Einfluss, Lust, Zweisamkeit und Wertigkeit hinzu; im Erwachsenenalter, d.h. bei Erreichen eines gewissen kognitiven Reifegrads, strebt der Mensch zusätzlich nach Sinnhaftigkeit und Zufriedenheit. Werden diese Bedürfnisse dauerhaft nicht erfüllt oder missachtet, kommt es zu Aggressionen.

Im zweiten Abschnitt seines Vortrags widmete sich Herr Escalera den verschiedenen Einflussfaktoren aggressiven Verhaltens: in erster Linie Gedanken (z.B. plötzliche Idee), Emotionen (z.B. Ärger) und körperliche Empfindungen (z.B. Müdigkeit). Zusätzlich spielen innere und äußere Auslöser, das aktuelle Erleben, sowie Erinnerungen und Vorstellungen eine Rolle. Will man die Ursachen von aggressivem Verhalten verstehen, so sollte man also versuchen, die möglichen Gedanken, Emotionen und Empfindungen, die in der

Situation eine Rolle spielen, zu verstehen, um dann nach möglichen Auswegen zu suchen.
In Konflikten ist ebenfalls zu berücksichtigen, dass Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen oft nur eingeschränkt in der Lage sind, ihre Gedanken rational zu analysieren. Oftmals sind es eher Gedankenfetzen verbunden mit Emotionen, die sie umtreiben. Carlos Escalera beschrieb Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen in diesem Zusammenhang auch als Menschen, „die mit Emotionen malen" – für mich eine sehr schöne, bildhafte Umschreibung für das Verhalten, das mein Sohn oft an den Tag legt.

Wenn ich die Ausführungen von Carlos Escalera auf unser persönliches Problemfeld des verweigerten Toilettengangs anwende, komme ich zu folgendem Ergebnis: Zunächst vermute ich, dass unser Sohn häufig schlicht keine Lust hat; weder los zu kommen, z.B. weil er Veränderungen ganz allgemein nicht so mag oder weil das Ziel (Schule) unattraktiv scheint, noch auf die Toilette zu gehen – Bedürfnis nach Lust: gleich zweimal nicht erfüllt. Außerdem haben wir versucht, in der Annahme Selbstverständlichkeiten würden Konflikte vermeiden, den Gang zur Toilette zur Regel zu machen, bevor wir das Haus verlassen. Das war vermutlich nicht so klug: Unser Sohn hat damit natürlich sofort das Instrument entdeckt, mit dem man ungewollte Ausgänge zumindest hinauszögern und die Mama so richtig schön auf die Palme bringen kann – Bedürfnis nach Einfluss: erfüllt … aber sowas von! Zudem ist es aus Lucas Sicht bestimmt auch völlig uncool, von den Eltern gerade in diesem Bereich Vorschriften gemacht zu bekommen – Bedürfnis nach Wertigkeit aus Lucas Sicht: glatte 5- für die Eltern! Vielleicht empfindet Luca den Druck auf der Blase auch gar nicht so, wie ich mir das vorstelle, sondern nur ein unbestimmtes Unbehagen, das u.a. auch mit dem Streit zu tun haben kann, der sich regelmäßig um dieses Thema rankt. Mein rationaler Apell „Lieber Luca, es ist doch total ungesund, wenn du morgens nicht auf die Toilette gehst!!" scheint ihm eher fern zu sein. Mit Argumenten komme ich also nicht weiter – und gleich doppelt nicht, wenn sich die Situation erstmal hochgeschaukelt hat. Argumente annehmen, wenn man sauer ist? Mir doch egal! Außerdem: Druck erzeugt Gegendruck, weiß man ja schon aus den Physik-Stunden in der Schule …
Unser Streit stört zudem massiv das Bedürfnis nach Zweisamkeit und Harmonie. Wenn ich dann auch noch mit Nutella-Verbot drohe, kochen die Emotionen über. Ja klar, ich bin in dem Moment ja auch alles andere als rational: Was hat Nutella schließlich mit dem Toilettengang zu tun?!, kann mein Sohn mir mit Recht vorhalten. Da mache ich also ziemlich viel falsch.

An dieser Stelle erinnere ich wohltuende Aussagen des Referenten: Erziehung und Konfliktlösung sind nun mal nicht einfach. Man ist nicht immer ausgeruht, friedfertig und geduldig. Niemand ist perfekt und es gibt Situationen, die nicht auflösbar sind – auch nicht von Experten. Klar, streiten ist nicht gut und Eltern sollten Vorbild sein … Gelingt aber nicht immer.

Carlos Escalera beschreibt im dritten Teil seines Vortrags ein Vokabular für Emotionen als Grundlage der Konfliktbewältigung, da er beobachtet, dass wir im allgemeinen nicht gut trainiert sind, über Emotionen zu sprechen. In diesem Zusammenhang wird mir schmerzlich klar, wie ungleich die Möglichkeiten in dieser Hinsicht verteilt sind: Luca erfasst von den 45 besprochenen Begriffen vermutlich nur einen Bruchteil und selbst wenn, kann er sie nicht aussprechen.

Schließlich gibt Herr Escalera Tipps für Auswege aus verfahrenen Situationen. Im Gedächtnis geblieben sind mir folgende:
- In Konflikten wenn möglich sich als Eltern abwechseln.
- Den „Kampf", den Kinder anbieten, sollten Eltern niemals annehmen. Den Kindern im Streit signalisieren, dass man nicht der „Feind" ist, sondern Sicherheit und Vertrauen vermitteln.
- Nicht vorschnell antworten, besser ist es, die eigene Reaktion bewusst zu verzögern.
- Bei unsinnigen Antworten von Kindern, diese wörtlich wiederholen, um die Möglichkeit zur Selbsterkenntnis zu geben.
- Sich über die eigenen Motive klar werden – ein „Nein" aus reiner Machtdemonstration ist ungünstig!
- Ruhig mal mit einer Frage bewusst vom Thema ablenken, um die Konzentration auf den Konflikt kurz zu unterbrechen und so die Emotionen des Gegenübers herausfinden zu können.
- Nicht vorhersehbar sein, denn: „erwartungswidriges Verhalten" öffnet die Gedanken des Gegenübers.

Was habe ich also in Sachen Toilettengang unternommen? Bevor Luca in Rage gerät, schiebe ich das Unterfangen lieber ein wenig auf und versuche z.B. die Aufmerksamkeit darauf zu lenken, was wir Tolles anschließend machen, oder ich versuche seinen Ehrgeiz mit einem Wettrennen gegen die Uhr anzustacheln. Das klappt einigermaßen und schont bei Erfolg meine Nerven, auch wenn es trotzdem oft anstrengend ist, immer wieder kreativ und motivierend zu sein. Das mit dem „erwartungswidrigen Verhalten" habe ich dagegen so gar nicht hinbekommen … Ich im Bad: „Luca, komm' mal! Weißt du, was hier ist?" Luca erwidert ganz trocken: „Muss nich. Mama Falle!" Da hat mein Sohn mich also total durchschaut … was mich dann natürlich auch irgendwie wieder gefreut hat.

Sehr gerne hätte ich noch mehr Tipps von Herrn Escalera. Den nächsten Vortrag bei KIDS Hamburg e.V. (der hoffentlich stattfindet) werde ich mir wieder anhören.

Stottern bei Kindern mit Down-Syndrom

Am 4.5.2016 fand ein Info-Abend mit Despina Nathanailidou zu diesem Thema in den Räumen von KIDS Hamburg e.V. statt:

Nicht nur die Eltern eines stotternden Kindes mit Down-Syndrom sind oft verunsichert, wie sie ihr Kind gut begleiten können. Therapeuten aus dem Frühförderbereich und allen an der Entwicklung beteiligten Therapeuten, Ärzten sowie Erziehern und Lehrern geht es ebenso. Dieser Infoabend soll die Verunsicherung abbauen, indem über das, was heute über Stottern bei Menschen mit Down-Syndrom bekannt ist, berichtet wird.

Was ist Down-Syndrom?
Beim Down-Syndrom handelt es sich um einen Chromosomenveränderung, die die körperliche und geistige Entwicklung in unterschiedlicher, nicht vorhersehbarer Weise beeinflusst. Das gesamte 21. Chromosom oder Teile davon liegen dreifach statt zweifach vor (Trisomie 21).

Was ist Stottern?
Das Stottern ist eine unfreiwillige, neurobiologisch bedingte Störung der Sprechplanung und der Sprachproduktion (1). Es äußert sich in Wiederholungen von Wörtern, Silben und Lauten, Dehnen von Lauten oder in Blockierungen des Sprechens. Psychische Reaktionen (z.B. Sprechangst, Scham) begleiten häufig die oben genannten Symptome. Stotternde Menschen stottern sehr unterschiedlich und auf ihre Art und Weise. Bei stotternden Menschen mit Down-Syndrom handelt es sich um ein Syndrom spezifisches Stottern (2), d.h. das Stottern wird nicht nur durch das individuelle Potential und die Bedingungen im sozialen Umfeld, sondern auch von den vielfältigen Veränderungen und besonderen gesundheitlichen Problemen des Betroffenen bestimmt.

Wie häufig ist Stottern bei Down-Syndrom?
Weltweit stottert 1 % der Bevölkerung. Bei Menschen mit Down-Syndrom sind zwischen 42 % und 59 % betroffen (3).

Welche Sprech- und Verhaltensmuster können auftreten?
Folgende Sprech- und Verhaltensmuster von stotternden Menschen mit Down-Syndrom können – auch gleichzeitig – auftreten:
- Gestörte Wahrnehmung, schneller Sprechablauf, verwaschene, undeutliche Aussprache (Polternähnliche Symptome)
- Mehrfache Nutzung von Geräuschen, Ausdruckswörtern, Zwischenrufen
- Unangemessene oder sehr lange Pausen zwischen den Wörtern
- Mitbewegen von Körperteilen, Grimassieren, Schließen der Augen
- Nur wenige Menschen mit Down-Syndrom entwickeln ein Störungsbewusstsein und reagieren mit Scham oder Besorgnis auf ihr Stottern (4). Die meisten zeigen sich widerstandsfähig und gewöhnen sich an das Stottern (5).
- Häufig sind weitere Sprech- und Sprachstörungen (4) (z.B. Artikulationsstörungen, Dysgrammatismus) vorhanden, was die Abgrenzung von Stottern erschwert.

Was sind mögliche Erklärungen für das gehäufte Auftreten der Stottersymptomatik bei Menschen mit Down-Syndrom?
Die genaue Ursache für das gehäufte Auftreten von Stottern bei Menschen mit Down-Syndrom ist unbekannt. Als mögliche Erklärungen werden genannt:
- Verzögerte Hirnreifung.
- Veränderte Organisation des Gehirns (6).
- Verlangsamte Sprachentwicklung (7).
- Eingeschränkte sprechmotorische Fähigkeiten.
- Störung der sensorischen Integration (Prozess des Ordnens und Verarbeitens der Sinneseindrücke), die zu Reizüberflutung und Verarbeitungsproblemen führt (8).
- Das Anforderungen- und Kapazitätenmodell (engl.: Demands and Capacities Model) von Starkweather (1987) (9). Für die Sprechflüssigkeiten sind nach diesem Modell zwei Seiten von Bedeutung, einerseits die Anforderungen, welche von der Umwelt, aber auch vom Kind selbst gestellt werden, und andererseits die motorischen, linguistischen, sozialen und emotionalen Fähigkeiten, die dem Kind momentan zur Verfügung stehen. Flüssiges Sprechen ist dann möglich, wenn ein Gleichgewicht zwischen den beiden Seiten besteht. Demzufolge wird das Sprechen immer dann unflüssig und es tritt Stottern auf, wenn ein Ungleichgewicht zwischen den Seiten herrscht.

Wie kann stotternden Kindern mit Down-Syndrom geholfen werden?
1. Das Sprachniveau von Menschen mit Down-Syndrom ist sehr unterschiedlich. Mit einfacher Sprache (10) (barrierefreie Sprache) kann man viele dieser Menschen erreichen. Verwenden Sie dafür kurze Sätze, die aus den Gliedern Subjekt + Prädikat + Objekt bestehen, z.B. „Das Kind streichelt den Hund". Vermeiden Sie den Konjunktiv, abstrakte Begriffe und bildhafte Sprache.
2. Zeigen Sie das gewünschte Verhalten, statt es nur verbal zu erklären (7).
3. Sprechen Sie langsam mit betonter Sprachmelodie und verlängerten Pausen zwischen dem Gesagten und der Antwort (2).
4. Am wichtigsten ist es sowohl für die Eltern als auch für die Betroffenen, die Entwicklung von

Scham und Vermeideverhalten zu verhindern. Dazu ist die Aufklärung über das Stottern und die eingesetzten Therapiemethoden sowie die langfristige Begleitung des Betroffenen, der Eltern und Geschwister sehr wichtig (5) (8).

5. Die Weiterentwicklung des Wortschatzes und die Verbesserung der Wortfindungsfähigkeiten sind wichtig für die Kommunikationsfähigkeit von Menschen mit Down-Syndrom und verbessern oft auch den Redefluss (4).
6. Ergotherapie zur Verbesserung der sensorischen Integration parallel zur Logopädie wirkt sich bei stotternden Kindern mit Down-Syndrom oft positiv aus (8).
7. Der Schweregrad der typischen Stottersym7. ptome (ohne das Vorliegen von Poltersymptomen) sollte den Einsatz einer expliziten Stottertherapie parallel zu anderen (auch sprech- oder sprach-) Therapien bestimmen. Wenig ist über optimale Ansätze zur Behandlung der Sprechunflüssigkeiten für stotternde Kinder mit Down-Syndrom bekannt. Es liegen einzelne Erfahrungsberichte vor, nach denen übliche Ansätze der Stottertherapie auch bei Kindern mit Down-Syndrom positive Effekte erzielt haben. So wurde berichtet, dass ein 8-jähriges Mädchen mit Down-Syndrom, das über gute Eigenwahrnehmung (engl.: self monitoring) verfügte, mit Hilfe des Fluency-Shaping-Ansatzes gekoppelt mit Rückmeldungen der Eltern (u.a. Lob, Bestätigung) sein Stottern von 60 % auf 2 % gestotterte Silben vermindern konnte (11). Auch bei der Behandlung nach dem Ansatz der Stottermodifikation werden positive Erfahrungen geschildert (12).
8. Viele Menschen mit Down-Syndrom haben Schwierigkeiten, das was sie in einer Situation gelernt haben (z.B. Sprechtechnik in der Praxis) in anderen Situationen einzusetzen (Generalisierung). Dazu hat sich die Entwicklung und Förderung von Eigenwahrnehmung der Stotterereignisse gut bewährt (3).

Literatur:

1. Jackson, E., Quesal, R. & Yaruss, J. S. (2012). What ist stuttering: Revisited. ISAD Online Conference 2012: A Voice and Something to Say, Chaired by Judith Kuster, Minessota State Universit-Mankanto . http://www.mnsu.edu/comdis/isad16/papers/jackson16.html1.
2. Preus, A. (1972) Stuttering in Down's syndrome. Scand. J. Res., 16(1): 89-104
3. Preus, A. (1973) Stuttering in Down's syndrome. In: Lebrun, Y.; Hoops, R. (hrsg.) Neurolinguistic Approaches to Stuttering, The Hague: Mouton
4. Bray, M. (2003) The nature of dysfluency in Down's syndrome. Bulletin (March 2003), Royal College of Speech and Language Therapists, 8-9
5. Healey, E. C. (2005) Stuttering in children with intellectual disabilities. The Fluency Centre, University of Nebraska – Lincoln. www.unl.edu/fluency/pdfs/ASHA05.pdf
6. Devenny, D., Silverman, W. (1990) Speech dysfluency and manual specialization in Down's syndrome. Journal of Mental Deficiency Research. 34: 253-260
7. Healey, E.C., Reid, R. & Donaher, J. (2005). Treatment of the child who stutters with co-existing learning, behavioral and cognitive challenges. The Fluency Centre, Universitiy of Nebraska-Lincoln http://cehs.unl.edu/fluency/pdfs/HealeyReidDonaher.pdf
8. Eckardt, J. (2008) Treating children with Down-Syndrome who stutter. The Stuttering Homepage. Minesota State Universitiy-Mankanto. http://www.mnsu.edu/comdis/isad11/papers/eckardt11.html
9. Starkweather, C. (1987) Fluency and Stuttering. Englewood Cliffs: Prentice Hall
10. http://www.leichtesprache.org
11. Harasym, J.; & Langevin, M. (2012) Stuttering treatment for a school-age child with Down-Syndrome: A descriptive case report. Journal of Fluenxcy Disorders 37(4): 253-262
12. Persönliche Mitteilung Peter Schneider, 17.12.2013

Weiterführende Links:

www.bvss.de
Bundesvereinigung Stottern & Selbsthilfe

www.ivs-online.de
Interdisziplinäre Vereinigung der Stottertherapeuten

www.dbl-ev.de
Deutscher Bundesverband für Logopädie

www.dbs-ev.de
Deutscher Bundesverband der akademischen Sprachtherapeuten

www.bed-ev.de
Bundesverband für Ergotherapeuten in Deutschland

Die Dozentin ist Logopädin und Mutter eines stotternden Sohnes mit Down-Syndrom.
Kontakt: dnathan@web.de

Der vorliegende Text wurde von Natke Verlag als Broschüre veröffentlicht, www.natke-verlag.de

Seminarankündigung:
Fortbildung „Inklusives Lernen"

Inklusiver Unterricht für Kinder mit Down-Syndrom: Wie soll das gehen?

Dr. Christel Manske

Termin: 19.11. und 20.11.2016
Ort: Charlottenstraße 32, 20257 Hamburg, Tel. 040 491 10 51
Zeit: Samstag von 10 bis 17 Uhr, Sonntag von 10 bis 15 Uhr
Preis: 230,00 Euro

Die Vereinten Nationen haben ein Gesetzeswerk geschaffen, das alle Menschen gleichstellt: Für dieses Übereinkommen steht der Begriff Inklusion. In diesem Sinne hat die deutsche Regierung sich per Gesetz 2008 zur Verwirklichung der Inklusion verpflichtet. Eltern von Kindern mit Down-Syndrom sehnen sich danach, dass ihre Kinder gemeinsam mit den Kindern ohne Down-Syndrom in der Regelschule erfolgreich lernen. Nach zwanzig Jahren Integration in Hamburg hat kein Kind mit Down- Syndrom einen Schulabschluss erworben, obwohl sich viele Eltern und Lehrer darum bemüht haben.

Eltern und Pädagogen sehen sich mit dem überfälligen Anspruch nach Inklusion konfrontiert, doch sie wissen nicht, wie sie ihm gerecht werden können. Wenn es gelingt den Unterricht in der Regelschule so zu gestalten, dass auch die Kinder mit Down-Syndrom die Möglichkeit bekommen ihre potentiellen Möglichkeiten zum Ausdruck zu bringen, dann werden wir die Erfahrung machen, dass das Scheitern der Kinder nicht auf ein Gen zurückzuführen ist, sondern auf die soziale unsichere Situation, in der sich Eltern, Lehrer und Kinder befinden. Dieser Unsicherheit im Umgang mit den Kindern mit Down-Syndrom können wir nur mit fundiertem Wissen über die körperliche, psychische und geistige Entwicklung aller Kinder begegnen.

Wir gehen davon aus, dass nur das adäquate Lernangebot Entwicklung ermöglicht.

Kenntnisse sind nicht angeboren, sondern sie werden in der gemeinsam geteilten Kommunikation erworben. Das Seminar bietet auf dem theoretischen Hintergrund der Entwicklung funktioneller Hirnsysteme ein Unterrichtsmodell an, das zum Ziel hat in jeder Unterrichtsstunde Kinder unterschiedlicher Entwicklungsstufen gemeinsam in der Regelschule zu fördern.

Die Entwicklung eines Kindes vom Säugling, zum Kleinkind, zum Vorschulkind und zum Schulkind verläuft im Sinne einer psychischen Metamorphose nicht linear sondern in qualitativen Sprüngen. Die psychische Struktur des Kindes verändert sich demnach von Entwicklungsstufe zu Entwicklungsstufe im Hinblick auf sein Empfinden, Wahrnehmen, Erinnern und Denken wesentlich.

In einer Unterrichtsstunde muss der Lerngegenstand so angeboten werden, dass dieser von den Kindern empfunden, wahrgenommen, erinnert und gedacht wird. Auf diese Weise bekommen alle entwicklungsverzögerten Kinder eine Anschlussmöglichkeit und die Chance die jeweils nächst höheren Entwicklungsstufen zu erreichen.

Samstag:
Frühes Lesen und Schreiben mit der „Inklusiven Lesefibel von Kindern mit Down-Syndrom"

Sonntag:
Die Herausbildung des mathematischen Denkens bei Kindern mit Down-Syndrom

Literatur:

– Christel Manske: Das Down-Syndrom: Begabte Kinder im Unterricht (Lehmanns Media Berlin)
– Christel Manske: Inklusives Lesenlernen (Lehmanns Media Berlin)
– Christel Manske: Jenseits von PISA. Lernen als Entdeckungsreise (Lehmanns Media Berlin)
– Christel Manske: Inklusion Alle erfolgreich Unterrichten. Auch Kinder mit Down-Syndrom brauchen einen Schulabschluss (Westermann)
– Christel Manske: Inklusive Lesefibel von Kinder mit Down-Syndrom, Leseratten und Legastheniker (Lehmann's media Berlin)
– Christel Manske: Parallele Texte. Inklusiver Sachunterricht Grundschule (Lehmann's media Berlin)

Anmeldung unter:
info@christel-manske-institut.de
oder 040/ 491 10 51

Wer macht was?

Büro- und Verwaltungsarbeiten
Allgemeine Organisation
Büro KIDS Hamburg e.V.
Renate Stockmann
Telefon 040/38 61 67 80

Koordination der Raumnutzung
Büro KIDS Hamburg e.V.
Tatjana Qorraj
Telefon 040/38 61 67 80

Finanzverwaltung
Peter Grotheer-Isecke
Telefon 040/279 38 81

Versand von Infomaterial und Literaturlisten
Büro KIDS Hamburg e.V.
Tatjana Qorraj
Telefon 040/38 61 67 80

Koordinierung Kinder- und Jugendarbeit
Büro KIDS Hamburg e.V.
Johanna Sahling
Telefon 040/38 61 67 80

Koordination Ehrenamt
Büro KIDS Hamburg e. V.
Tatjana Qorraj
Telefon 040/38 61 67 80

Öffentlichkeitsarbeit
Bettina Fischer
Telefon 040/480 480 3

Unterstützen, fördern, spenden
Büro KIDS Hamburg e.V.
Regine Sahling
Telefon 040/38 61 67 83

Feste und Events
Katja von der Osten
Telefon 040/38 61 67 80

Bibliothek/Videothek
Jutta Schwarz

Mitglieder-E-mail-Liste
Büro KIDS Hamburg e.V
Renate Stockmann
Telefon 040/38 61 67 80
info@kidshamburg.de

Hamburger Netzwerk für schulische Inklusion
Babette Radke
Telefon 040/22 96 426

Seminare
Büro KIDS Hamburg e.V.
Regine Sahling
Telefon 040/38 61 67 83

KIDS Aktuell Redaktion
Büro KIDS Hamburg e.V.
Regine Sahling
Telefon 040/38 61 67 83
Gestaltung
Simone Claaßen
redaktion@kidshamburg.de

Vereins-Homepage
Renate Stockmann
Telefon 040/38 61 67 80

Facebook
Katja von der Osten
Telefon 040/38 61 67 80

Wenn Sie genauer wissen wollen, wer? wie? was? macht, dann wenden Sie sich bitte an unser Team im Vereinsbüro: Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 14.00 Uhr Telefon 040/38 61 67 80

Regelmässige Beratungsangebote

Gesprächskreis für Eltern von Kindern mit Down-Syndrom:
Themen orientieren sich an den Vorgaben der Teilnehmer, z.B. Umgang mit Entwicklungsverzögerungen, schwierigen Verhaltensweisen, Alltagsbelastungen und Belastungen der Paarbeziehung,
Leitung: Dorothea Meyer.
Termin auf Anfrage im Büro:
Telefon 040/38 61 67 80

KIDS Malgruppe

Telefonische Beratung durch Vereinsmitglieder: Montags und donnerstags während der Hamburger Schulzeit, 10.00 bis 12.00 Uhr, Telefon 040/38 61 67 79 und unter den privaten Anschlüssen:

Wibke Ahrens,	Telefon 040/608 49 549
Sibylle Bordukat,	Telefon 040/18 03 99 01
Tina Flechsig,	Telefon 040/51 85 01, Mobil 0178 518 50 10
Silke Hoops,	Telefon 040/27 80 58 24
Carsten Hoops,	Telefon 040/27 80 58 74
Inge Kiesbye,	Telefon 04101/40 68 22
Dorothea Meyer,	Telefon 040/41 49 84 80
Svenja Schrieber,	Telefon 040/42 91 02 49, Mobil 0172 541 95 23
Annette Wegener,	Telefon 0160 55 60 194
Silke Wilschewski,	Telefon 04101/81 90 778, Mobil 0176 6539 3149

Schriftliche Beratung:
per e-mail: beratung@kidshamburg.de, per Post: KIDS Hamburg e.V., Heinrich-Hertz-Str. 72, 22085 Hamburg

Persönliche Beratungsgespräche im UKE für Eltern von Kindern mit Down-Syndrom: Eltern werden auch zu Fragen der Pränataldiagnostik beraten.

Bettina Fischer,	Telefon 040/480 480 3, Mobil 0163 211 69 85
Sibylle Bordukat,	Telefon 040/18 03 99 01

Beratungssprechstunde in der Asklepios Klinik Nord:
Vereinsmitglieder kommen bei Bedarf zur Wöchnerinnenstation.
Sibylle Kahl-Bordukat, Telefon 040/18 03 99 01.

Beratung in der Asklepios Klinik Barmbek und im Katholischen Marienkrankenhaus,
Britta Trieglaff, Telefon 040/65 70 530

Beratung im Adolph-Stift:
Kerstin Draack, Telefon 040/72 49 897

Beratung für Großeltern:
Kontakt über das Vereinsbüro,
Telefon 040/38 61 67 80

Beratung zur Pflegeversicherung (keine rechtliche Beratung): Anja Selassie, Telefon 040/73 44 92 37

Regelmäßige Gruppentreffen

Säuglingsgruppe für Kinder von 0 bis 16 Monaten: Jeden 1. Montag im Monat in den Vereinsräumen, ab 10.00 Uhr,
Kontakt: Katja von der Osten, Tel. 040/86 62 40 62

Treffen für 4- bis 7-Jährige: Termin und Ort nach Vereinbarung, ab 16.00 Uhr,
Kontakt: Brigitte Lüke, Telefon 040/68 91 52 63

Samstagsgruppe für 0- bis 6-Jährige mit ihren Familien: Die Treffen finden jeden 3. Samstag im Monat statt in der Elternschule Eimsbüttel im Hamburg-Haus, Doormannsweg 12, 20259 Hamburg, ab 15.30 Uhr. Bitte vorab auf unserer Website www.kidshamburg.de oder telefonisch klären, ob Termin stattfindet.
Kontakt: Gabriela Sürie, Telefon 040/38 64 17 05

Spieltreff in Pinneberg für Eltern und Kinder (bis 5 Jahre): einmal monatlich freitags von 15.30 bis 17.30 Uhr,
Kontakt: Kristin Kuppas, Mobil 0152 24399011, Mail: tueddio177@googlemail.com

Eltern-Kind-Gruppe im Hamburger Westen:
Kontakt: Katja v d Osten, Mobil 0179 13 44 982

Sing- und Musiziergruppe für 4- bis 7-Jährige: Jeden Montag in der Hamburger Schulzeit von 16.00 bis 16.45 Uhr in den Vereinsräumen bei ausreichend Teilnehmern, bei Interesse bitte melden bei Regine Sahling, Telefon 040/880 80 39

Sing- und Musiziergruppe für Kinder ab 8 Jahren: Jeden Montag in der Hamburger Schulzeit in den Vereinsräumen, 17.00 bis 17.45 Uhr, für diese Gruppe suchen wir weitere musikbegeisterte Teilnehmer, Kontakt: Regine Sahling, Telefon 040/880 80 39. Instrumentalgruppe für Fortgeschrittene: Jeden Montag in der Hamburger Schulzeit in den Vereinsräumen, 18.00 bis 18.30 Uhr, wir würden uns freuen, wenn weitere Musiker, die bereits Vorkenntnisse auf einem Instrument besitzen, unsere Gruppe verstärken würden,
Kontakt: Regine Sahling, Telefon 040/880 80 39

Band für Jugendliche ab 16 Jahren: Jeden Montag in der Hamburger Schulzeit in den Vereinsräumen, 17.00 bis 18.30 Uhr, für diese Gruppe suchen wir weitere Teilnehmer,
Kontakt: Regine Sahling, Telefon 040/880 80 39

Geschwisterkindergruppe für Kinder im Grundschulalter: Einmal monatlich sonnabends von 10.00 bis 14.00 Uhr, für diese Gruppe suchen wir weitere Teilnehmer, Treffen in den Vereinsräumen und Ausflüge, Kontakt: Regina Grotheer, Telefon 040/279 38 81. Freizeitgruppe II für Kinder von 12 bis 15 Jahren: Einmal monatlich sonnabends,
Kontakt: Kerstin Draack, Telefon 040/72 49 897

Freizeitgruppe für Jugendliche und junge Erwachsene (ab 16 Jahren): 14-tägig sonnabends, 14.00 bis 18.00 Uhr oder nach Vereinbarung, Treffen in den Vereinsräumen,
Kontakt: Vereinsbüro, Johanna Sahling, Telefon 040/38 61 67 80

Malgruppe für Kinder zwischen 4 und 9 Jahren: 14-tägig sonnabends, 14.00 bis 15.45 Uhr, Atelier in der Monetastr. 2, 20146 Hamburg. An dieser Gruppe können noch weitere kleine Künstlerinnen und Künstler teilnehmen.
Kontakt: Britta Bonifacius, Telefon 040/39 90 28 85

Malgruppe für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren: 14-tägig sonnabends, 16.00 bis 17.45 Uhr, Atelier in der Monetastr. 2, 20146 Hamburg,
Kontakt: Britta Bonifacius, Telefon 040/39 90 28 85

Präventionsgruppen gegen sexuellen Missbrauch: KIDS Hamburg bietet für Mädchen und Jungen, die mit dem Down-Syndrom leben, geschlossene Gruppen an, in denen pubertätsbegleitend und geschlechtsgetrennt alle relevanten Themen behandelt werden, die der Entwicklung und Stärkung der Persönlichkeit der Teilnehmenden und dem Schutz vor sexuellem Missbrauch dienen. Es werden Wartelisten für die Einrichtung weiterer Gruppen geführt.
Kontakt: Regine Sahling, Telefon 040/38 61 67 83

Veranstaltungen & Termine

24.9.2016	**Seminar: Kinder mit Down-Syndrom lernen Rechnen,** Martina Zilske, 10.30 – 16.30 Uhr, Veranstaltungsraum in der Heinrich-Hertz-Str. 72, 22085 Hamburg
24.9.2016	**Flohmarkt zu Gunsten von KIDS Hamburg e.V.** Auf dem Gelände der VHS west, Waitzstr. 31, 22607 Hamburg, Nähe S-Bahn Othmarschen, 14.00 – 17.30 Uhr
8.10.2016	**Seminar: Guk 1 + 2,** Prof. (em.) Dr. Etta Wilken, geänderte Anfangszeit: 11.15 – 16.45 Uhr, Veranstaltungsraum in der Heinrich-Hertz-Str. 72, 22085 Hamburg
17.-21.10.2016	**Jahresprojekt Ernährung II** KIDS Küchen Crew, für Teilnehmer von 14 bis 27 Jahren, Vereinsräume
16.2.2017	**Mitgliederversammlung von KIDS** 20.00 Uhr, Vereinsräume, Heinrich-Hertz-Str. 72, 22085 Hamburg
30.3.2017	**Benefiz-Party** Ab 19.30 Uhr im Stage Club, Neue Flora, Stresemannstr. 163, 22769 Hamburg

Änderungen vorbehalten.
Aktuelle Terminänderungen und kurzfristige Terminankündigungen siehe unter http://www.kidshamburg.de/

Für die Teilnahme an Seminaren und Infoabenden bitte anmelden bei KIDS Hamburg e.V., Telefon 040/38 61 67 80 oder unter www.kidshamburg.de

Herzlichen Dank!

Die Vereinsarbeit von KIDS Hamburg e.V. wird zum Teil durch Mitgliedsbeiträge und Teilnahmegebühren finanziert. Öffentliche Gelder erhalten wir für unsere Arbeit nicht. Für einzelne Projekte und Gruppen haben wir Paten gefunden, die uns regelmäßig und dauerhaft unterstützen. Ein Großteil unserer Arbeit wird durch Spenden und Förderungen von Privatpersonen, Firmen und Stiftungen ermöglicht.

Wir danken für Privatspenden von:

Renate Riester • Juliane Edel • Friederike und Ronald Schmidt • Ingar Würfel • Matthias Plenter • Jan Klitschke • Carmen Moorefield • Hildegard Heidtmann • Gisela Noriega • Laura und Daniel Steevens • Gerhard Riechers • Anne Wulff • Edda von der Osten • Anne Kaufmann • Jessica Steinhoff • Werner-Otto Riechers • Elli Büttner • Anna Plasa • Birgitta Schniewind • Wolfgang Fedeler • Anne Andersen • Manfred Isecke • Rauert Brodersen • Klaus Arnold • Nilufar Zand • Rohtraut von der Heide • Silke Christina Hoops • Martine Pasche Wagner und Albrecht Wagner • Holger Schill • Antje Knosp • Ursula und Karl-Heinz Schulze • Renate Bierbaum • Veerle von Wedemeyer • Gertrud Koch • Christiane Schicker • Elisabeth Unsoeld • Christa Wagemann • Henneke Lüthgerath • Inta E. Gleich • Christa Lore Preyss • Stefanie Zeller • Thomas Martin • Norma McAleese • Anita Lya Scholtyshek • Ellen Rendenbach • Nicole Hellwig • Irene Lohmeyer • Gabriele Hercksen • Harriet Meyer • Gesa und Dieter Hachmann • Sinja und Arne Baer • Susanne und Jasper Jensen • Aude Sophie Caroline Suire und Fabian Kunick • Dagmar und Stefan Becker-Steinberger • Ursula Benthin • Ulrich Heinrich Pedack • Sybille Schiffke • Dietrich Graf • Dacina-Garofita • Cotlet-Wärner und Andreas Wärner • Andreas Pfannenberg • Friederike Rieg • Sabine Wittenborg • Christoph Monnerjahn • Dorothea J. und K.H. Meuthien • Arno Paepcke • Volkmar Clausnitzer • Scott Sartisson • Dietlind und Tilmann Gutschmidt • Elisabeth Wilson-Scholtyshek • Silke und Rüdiger Hartung • Nico Rosberg • Waltraud Paetow • Thomas Luebcke • Claudia und Sebastian Zietek • Horst Gaethje • Udo von Busekist • Sabine Winkelmann • Jan Kuhrau • Anni-Bärbel Ressel • Nils Martini • Wiebke Sahlbach • Gerda Saggau • Ralf Schäfer • Jörg Heinz • Horst Weich • Anne Marie Ignatius • Claudia und Sascha Viher • Irene und Per Reincke • Agnes Rademacher-Röttgermann • Christof Schulze Becking • Hans Jürgen Hebold • Mathilde Fritsch • Hanna und Harry Strube • Renate Gisela Ullrich• Claus Steinberg • Ursula Niermann • Cornelia Meinhardt • Christine und Rolf Berens • Peter Winter • Olga und Wolfgang Schuck • Barbara und Dietrich Zellweger • Martina und Christian Brömmelkamp • Gertrud und Josef Ronge • Ursula Kemmer • Marianne und Hans-Jürgen Bradtberg • Eckart Fritsch • Beate Baumeister • Elke und Jürgen Finster • Katharina Theenhausen • Maria Seibt • Margarete Brommelkamp • Ingeborg und Kurt Voss • Inge Hell und Kurt Rathke • Theodor Brömmelkamp • Holger Mint • Erna Gärtner • Walter Lohmann • Helgard Radu • Ruth Dentler • Karen Meyer-Truelsen • Heinke Benduhn • Silke Rochel • Almut und Jürgen Senger • Bodo Ackermann • Brigitte Marquard • Annelies und Jürgen Bange • Raphael Patrick Benecke • Uwe Wesse • Carmen Sonja Benecke • Edith Meins • Heike und Claus Brinckmann • Gerd Winter • Rita Hagemeier • Elke Blancke • Bianca und Eckhard Goepel • Tina und Marco Wilson • Gertrud Koch • Jessie Wilson • Gwyneth Wilson • Morag Boffey • Karin Angela und Horst Wilhelm Klingels • Aileen Campbell • Gabriele Hercksen • Bernd Schäfer • Angelika und Werner Siemens • Harald Zillen • Verena und Roland Sellckau • Christa und Thomas Sindemann • Karin und Horst Peglow • Bärbel Benecke • Miriam Anhalt • Jutta-Maria Körner • Magrit Erdmann • Klaus Bungenstock • Cord Busse • Christel Schlingemann • Thomas Elssner

Wir danken für Firmenspenden, Zuwendungen von Stiftungen und Vereinen und Zuschüsse der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 c SGB V von:

Ev.-Luth. Christus-Kirche Othmarschen • Zahntechnisches Labor Tichatzki-Krannich • Unicredit Foundation • Förderverein der Bugenhagenschule im Hessepark e.V. • medac GmbH • Gärtner Internationale Möbel für Büro und Wohnen GmbH • Ziegel- und Klinkerwerke Janinhoff GmbH & Co. KG • Entrada Textile Dienste GmbH • conuno GmbH • Kontrade Handelsges. • CW Bearing GmbH Hamburg • Rathjens & Mandellas Immobilien GmbH • Sparkasse Holstein • Peter Jensen GmbH • Feddersen Stiftung • Airbus Operations GmbH • Kinder helfen Kindern e.V.• DAK Gesundheit • Barmer GEK • Hamburger Sparkasse • Groth + Co. Bau- und Beteiligungs GmbH + Co. • Hans und Gretchen Tiedje-Stiftung • Glaserei Prinz GmbH • AOK Rheinland/Hamburg • Kaufmännische Krankenkasse KKH • Mathias-Tantau-Stiftung • Rangnick GmbH • Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Lünen e.V. • Konrad Sönnichsen e.K. • BP Foundation • beb.bei Kühnöhl GmbH • Erich-und-Agnes-Zühr-Stiftung • Global Cars e.K. • Lions-Club Hamburg Sachsenwald • Freezers Fanbeirat • IKEA Stiftung

Wir danken den Angehörigen und Familien für Spenden die gesammelt wurden anlässlich:

- **der Trauerfeier zum Tod von Karin Riechers**
- **der Trauerfeier zum Tod von Dr. Dorette Jensen**
- **der Trauerfeier zum Tod von Gabriele Plenter**
- **der Trauerfeier zum Tod von Harriet Meyer**
- **der Geburtstagsfeier von Angelika Siemens**
- **der Teilnahme am Hansemarathon durch Familie Wilson**
- **der Feier zur Goldenen Hochzeit von Bärbel und Rolf Benecke**

Wir danken allen Menschen und Einrichtungen sehr herzlich, die mit ihrer tätigen Hilfe oder ihrer finanziellen Unterstützung unsere Vereinsarbeit ermöglichen!

Herausgeber

KIDS Hamburg e.V.
Kontakt- und Informationszentrum Down-Syndrom
Heinrich-Hertz-Str. 72
22085 Hamburg
Telefon 040/38 61 67 80
Telefax 040/38 61 67 81
Info@kidshamburg.de
www.kidshamburg.de

Bürozeiten:
Montag bis Donnerstag
9.00 bis 14.00 Uhr
Telefon 040/38 61 67 80

Telefonische Beratungszeiten:
Montag und Donnerstag
10.00 bis 12.00 Uhr
Telefon 040/38 61 67 79

Bankverbindung:
Haspa Hamburg
IBAN:
DE17 2005 0550 1238 1429 37
BIC:
HASPDEHH

Sie möchten uns mit einer Spende unterstützen? Wir sind als gemeinnützig anerkannt.

Spendenkonto:
Haspa Hamburg
IBAN:
DE97 2005 0550 1238 1429 52
BIC:
HASPDEHH

Kids HAMBURG e.V.