

Ausgabe 112 | Dezember 2020

TANDEM

20 Jahre Wohnhaus
Bauerbahn

Sonderthema
Gesundheit

WG-Leben
im neuen Haus



Das Magazin der



Lebenshilfe

Neuss

Inhaltsverzeichnis

EDITORIAL

- 04 Vorwort der Vorstandsvorsitzenden
- 05 Grußwort der Geschäftsführung

LEBENSILFEBE WISSENSWERT

- 06 Ausbildung bei der Lebenshilfe wird großgeschrieben
- 07 Neues Ideen- und Beschwerdemanagement

08 Ihre Ansicht ist uns wichtig

- 10 Ehrenamtliche Tätigkeiten zu Zeiten von Covid-19

11 Praktikum im Lebenshilfe-Center

20 Leichte Sprache auf neuss.de

WOHNEN

UWO –

Ambulant Unterstütztes Wohnen

- 15 UWOs unterwegs
- 15 Betreuung in der Herkunftsfamilie
- 16 UWOs im Zoo
- 17 Neues Angebot: Betreutes WG-Leben im Haus des Lebenshilfe-Vereins
- 18 Erste Geburtstagsfeier in der Marga-Groove-Straße

Wohnhäuser

13 Snoezelen im Wohn-Haus

- 14 Entspannung pur im Wohnhaus Weckhoven
- 18 Lama-Alpaka auf Tuchfühlung im Wohnhaus Gnadental

34 20 Jahre Wohn-Haus Bauerbahn

- 37 Idylle ist eins der Gesichter

38 Wir waren im Zoo

- 40 Ausflug vom WH Grimlinghausen bei Traumwetter

THEMENSEITEN

22 Supervision für Mitarbeiter/-innen der Lebenshilfe Neuss

24 Entspannungstraining als Baustein von Resilienz

25 Deeskalationsberatung und -schulung bei der Lebenshilfe Neuss

26 Lebenshilfe-KiTaS zertifiziert im „Fitnetz“ des Rhein-Kreises Neuss

28 Gastbeitrag von Dr. Michael Elstner, Ärztliche Leitung MZEB

30 Betriebliches Gesundheitsmanagement mit vielen Facetten

31 Beschäftigtenschutzbeauftragte in der Neusser Lebenshilfe

32 Fortbildungsangebote für Gesundheit und Wohlbefinden

33 Hygieneregeln in der KiTa Farbenland leicht gemacht

OFFENE HILFEN

- 41 Angebote der Offenen Hilfen Neuss
- 42 Hundgestützte Angebote der Offenen Hilfen
- 43 Ferienaktionen der Offenen Hilfen in den Sommerferien
- 44 Kunstworkshop im August 2020

KINDER & JUGENDLICHE

- 45 Symbol der Hoffnung
- 46 Erste Ernte am geschenkten Apfelbaum
- 46 Bunte Laternen
- 46 Elternfrühstück im Familienzentrum Am Baldhof
- 47 Neugestaltung der Außenanlage des Familienzentrums Marienburg
- 47 Familiencircus Traber zu Besuch
- 48 Kooperation mit dem Rheinischen Landestheater
- 49 Jugendbus trotz den Widrigkeiten
- 50 Ferienspaß mit dem KijuZe
- 51 Ein Graffiti-HipHop-Tanz-Projekt im KijuZe Allerheiligen

Texte in Leichter Sprache

stehen in einem blauen Kasten.

Leichte Sprache Bilder markieren diese Text-Kästen.

Im Inhalts-Verzeichnis sind die Titel dieser Texte blau hinterlegt.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Lebenshilfe Neuss gGmbH
Hamtorwall 16, 41460 Neuss
kontakt@lebenshilfe-neuss.de
www.lebenshilfe-neuss.de
02131-369 18 0

Geschäftsführer:

Gesine Eschenburg, Winfried Janßen

Redaktionsleitung: Marion Stuckstätte

Realisation: © 2020 Katja Maßmann, Neuss
www.iD-Signs.de

© **Grafiken:** Created by Freepik

Die gezeichneten Bilder in den Leichte Sprache Kästen sind übernommen von:
© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.
Illustrator: Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013. Alle Rechte vorbehalten.

© **Fotos:** Lebenshilfe Neuss gGmbH
Titelfoto: UWO-Besuch auf der Alpaka-Wiese mit Claus S.

Druck: Teamdruck GmbH, Neuss

Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde der Lebenshilfe Neuss,

als wir das letzte Tandem-Heft vorlegten, haben wir alle noch nicht geahnt, wie sehr uns die Covid-19-Pandemie im weiteren Verlauf des Jahres beschäftigen würde. Nun blicken wir aktuell auf die Weihnachtszeit und fragen uns, ob sie halbwegs den üblichen Rahmen haben wird. Können wir unsere Familienfeste feiern und insbesondere die ältere Generation mit einbeziehen? Wie kann die Balance zwischen notwendigem Schutz und ebenso notwendiger Gemeinschaft gelingen? Immerhin haben wir in den Tagen des Novembers trotz zweitem Lockdown etwas mehr Zuversicht gewinnen können: Der Impfstoff ist in Sicht. Dabei fordern wir schon heute, dass er vorrangig auch unseren Nutzer(inne)n, Bewohner(inne)n und Mitarbeiter(inne)n zur Verfügung stehen muss – und zwar ebenso wie dem Gesundheitswesen und dem Pflegebereich. Die Eingliederungshilfe darf hier nicht vergessen werden! Ich will es nicht versäumen, an dieser Stelle allen Mitarbeiter(inne)n im Namen von Vorstand und Aufsichtsrat den herzlichen Dank für das großartige Engagement erneut zu übermitteln. Dieses Jahr fordert uns alle ganz besonders und wir finden es ganz außergewöhnlich und toll, wie mit immer wieder neuen Ideen, hohem beruflichen Einsatz, aber auch persönlich auferlegten Einschränkungen, wie Kontaktminimierung im Privatleben u.v.m. diese Zeit bewältigt wird. Es freut mich darüber hinaus, auch in diesem Editorial wieder über Baumaßnahmen berichten zu können. Die Marga-Groove-Straße ist im Sommer fertig geworden und inzwischen bezogen. Die Bedingungen dort sind hervorragend –



das Haus ist ein gelungenes Beispiel für das Leben mittendrin.

Mit dem Bau beginnen konnten wir nun ebenfalls in Allerheiligen – in der Will-Hall-Straße. Dort entsteht das neue Wohnhaus für Kinder und Jugendliche. Nach zähen Verhandlungen mit dem Landschaftsverband und in diesen Tagen erschwerten Vorbereitungen ist nun der Grundstein gelegt und schon bald werden wir den Rohbau wachsen sehen. Wir freuen uns darauf, den Kindern und Jugendlichen ein schönes neues Zuhause zu schaffen sowie den Mitarbeiter(inne)n bessere Arbeitsbedingungen.

Trotz all der vorgenannten Corona-Aspekte wünsche ich Ihnen ein besinnliches Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr!

Ihre

Angelika Quiring-Perl

Vorsitzende des Lebenshilfe Neuss e.V.
Vorsitzende des Aufsichtsrates der
Lebenshilfe Neuss gGmbH

im Namen von Vorstand und Aufsichtsrat

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn wir auf dieses Jahr zurückblicken werden, wird sicher manche Anstrengung vergessen sein. In Erinnerung wird aber bleiben, dass die Corona-Pandemie alles andere überdeckt hat und einen gewaltigen Einschnitt in das Leben aller darstellte. Gegenwärtig arbeiten wir jeden Tag weiter daran, die Situation und die damit verbundenen Herausforderungen zu bewältigen.

Nach einigen Erleichterungen im Sommer, die z.B. auch Wohnhausreisen möglich machten, hat sich die Situation wieder verschärft. Wir mussten zwischenzeitlich zwei KiTas wegen aufgetretener Infektionen komplett schließen, weiterhin Freizeitangebote absagen usw. Teilhabe ist damit häufig – wie bei uns allen ebenso – auf das Zuhause beschränkt. Dort sorgen unsere Mitarbeiter/-innen für viel Abwechslung – zum Teil immer noch dankenswerter Weise unterstützt von Mitarbeiter(inne)n der GWN. Die ist zwar wieder geöffnet, konnte aber noch nicht alle Mitarbeitenden wieder aufnehmen.

Passend zu dieser Gemengelage berichten wir in unserem Sonderteil dieses Mal über die Gesundheit. Zum einen wurde mit dem Betriebsrat eine Vereinbarung zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement unterzeichnet. Diese enthält die umfangreichen Maßnahmen, die wir zur Unterstützung der Mitarbeiter/-innengesundheit bereithalten. Zum andern freuen wir uns über einen Gastbeitrag von Herrn Dr. Michael Elstner, dem Ärztlichen Leiter des MZEB – Medizinischen Zentrums für Erwachsene mit Behinderung. Wir sind froh, dass es diese Einrichtung gibt und arbeiten eng mit dem MZEB zusammen. Aber auch für unsere Kleinsten wird gut gesorgt. Seit Jahren



sind wir mit unseren KiTas Mitglied im Fitnetz. Dazu lesen Sie ebenfalls Näheres im Sonderteil.

Bereits seit Längerem verfolgten wir das Ziel, unsere Mitarbeiter/-innen in tariflicher Höhe zu vergüten. Dies haben wir nun zum 1. Oktober 2020 umgesetzt und dazu eine Betriebsvereinbarung mit unserem Betriebsrat abgeschlossen. Die Mitarbeiter/-innenzufriedenheit ist ein zentrales Thema in der heutigen Unternehmenskultur. Die zahlreichen Maßnahmen der jüngeren Vergangenheit wurden nun mit diesem Schritt weiter abgerundet.

Abschließend wünschen wir Ihnen ein frohes Weihnachtsfest in einem möglichst schönen Rahmen mit Familie und Freunden – so gut es in diesem Jahr gehen wird. Kommen Sie gesund ins neue Jahr und bleiben Sie es auch. Wir wünschen Ihnen alles Gute für 2021!

A handwritten signature in black ink that reads "Gesine Eschenburg".

Gesine Eschenburg

Geschäftsführerin

A handwritten signature in black ink that reads "W. Janßen".

Winfried Janßen

Geschäftsführer

Ausbildung bei der Lebenshilfe wird großgeschrieben

Schwere Zeiten – starker Zusammenhalt



Jennifer Rupp ist dankbar über ihren Ausbildungsplatz zur Kauffrau für Büromanagement in der Lebenshilfe-Verwaltung Neuss

Die Welt blickt auf ein turbulentes Jahr 2020 zurück. Eine für heutige Generationen nie da gewesene Pandemie erschüttert uns alle – und fordert Einschränkungen sowie zu neuem Denken in nahezu allen alltäglichen Bereichen auf. Auch das berufliche Umfeld ist stark betroffen und in vielen Unternehmen herrschen nach wie vor Einstellungsstopps und Kurzarbeit. So gestaltete es sich für viele junge Menschen 2020 schwierig, einen Ausbildungsplatz zu finden. Die Lebenshilfe Neuss stellte jedoch weiterhin und unverändert Auszubildende in ihren verschiedenen Berufsbildern auch im Corona-Sommer ein.

Bei der Lebenshilfe Neuss werden jedes Jahr rund 12 Ausbildungsplätze in den Bereichen Wohnhäuser, KiTas, Pflegedienst und Verwaltung neu besetzt. Insgesamt werden zurzeit 41 Auszubildende und Student(inn)en im Dualen Studium ausgebildet. Ob als Heilerziehungspfleger/-in, Erzieher/-in, Kaufmann/-frau für Büromanagement, Hauswirtschaftler/-in oder über das Duale Studium als Sozialarbeiter/-in, Sozialpädagoge/-in oder Kindheitspädagoge/-in, die Neusser Lebenshilfe bietet Berufseinsteiger(inne)n breites wie tiefes

fachliches Know-how, Orientierung sowie individuelle persönliche Begleitung – und damit die Basis für ihren Erfolg.

Heute die Versorgung von morgen sichern

Trotz erschwerter Bedingungen starteten auch in diesem Jahr ein Dutzend junger Menschen in fast allen Einrichtungen und Bereichen der Neusser Lebenshilfe ihre Ausbildung. Das ist wichtig – trotz oder gerade wegen Corona. Die Lebenshilfe ermöglicht Ausbildungen in Berufen, die auch in Krisenzeiten gefragt bleiben und die eine sichere berufliche Perspektive bieten. Heutiger Einsatz sichert die Lebenshilfe-Arbeit der Zukunft. Denn im Unternehmen gilt der Grundsatz: Auf die Lebenshilfe ist Verlass!

Neben Auszubildenden in verschiedenen Bereichen und Student(inn)en im Dualen Studium beschäftigt die Neusser Lebenshilfe derzeit zudem 13 Menschen im Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) und im Bundesfreiwilligendienst (BFD). Die meisten Freiwilligen treten ihr FSJ oder ihren BFD nach der Schule an. Häufig bleiben sie im Unternehmen und beginnen hier im Anschluss ihre Ausbildung.

Leistungen on top und tolle Gemeinschaft

Doch wie geht es nach der Ausbildung oder dem Dualen Studium weiter? Zwar kann keine 100%ige Übernahme garantiert werden, dennoch konnten bisher rund 80 % der Absolvent(inn)en nach bestandener Prüfung in der Lebenshilfe Neuss beschäftigt werden. Gerade für ausgebildete Fachkräfte mit dem Abschluss Heilerziehungspfleger/-in und Erzieher/-in sowie mit Dualem Studium der Sozialen Arbeit oder der Sozial- oder

Kindheitspädagogik bestehen sehr gute Einstiegschancen. Sowohl das Gesundheits- als auch das Sozialwesen sind expandierende Märkte. Zudem gibt es für die einzelnen Berufsbilder vielfältige Einsatzbereiche in den Wohnhäusern, KiTas, Familienzentren, der offenen Jugendarbeit, dem Pflegedienst sowie in den ambulanten Diensten, Beratungsstellen oder in der Verwaltung.

Es gibt viele Gründe, die die Auszubildenden bei der Lebenshilfe Neuss schätzen.

Neues Ideen- und Beschwerdemanagement

Mehr Zufriedenheit durch weitere Transparenz und Auswertung

Rund ein Jahr lang trafen sich Mitarbeiter/-innen verschiedenster Hierarchieebenen und Bereiche sowie die Geschäftsführung im Qualitätszirkel zum Thema Umgang mit Ideen und Beschwerden bei der Lebenshilfe Neuss. Die Teilnehmer/-innen – u.a. aus Verwaltung, Kindertagesstätten, Wohnhäusern, UWO, KijuZe und den Offenen Hilfen – überlegten, diskutierten und analysierten die Anforderungen und Inhalte, die für den Umgang mit Ideen und Beschwerden der Neusser Lebenshilfe wichtig und entscheidend sind. Es kristallisierte sich heraus, dass es für unseren hohen Anspruch und für eine kompetente, effektive wie zukunftsgerichtete Arbeit maßgebend ist, alle Ideen, aber auch eingehende Beschwerden aufzunehmen und auszuwerten. Letzteres verfolgt das Ziel, aus Fehlern zu lernen und durch eine positive Fehlerkultur das Unternehmen Lebenshilfe weiterzuentwickeln.

Allen der Neusser Lebenshilfe verbundenen Menschen soll ermöglicht werden, Ideen und Beschwerden in unsere Arbeit und Angebote mit einzubringen, d.h. zu partizipieren. Wir streben an, die Zufriedenheit unserer

Die tolle Gemeinschaft ist einer, Leistungen on top – wie der Urlaubsanspruch über der gesetzlichen Regelung (29 plus 2), begleitende Ausbildungsprogramme, Fortbildungen, Vergütung in Höhe des TVöD u.v.m. – ein anderer. Im kollegialen Team selbst Verantwortung zu übernehmen, um eine gute Sache nach vorne zu bringen, ist ein weiterer Ansporn. **Die Lebenshilfe Neuss freut sich über den hohen Zuspruch!**

Kund(inn)en und aller Interessenspartner/-innen weiter auszubauen. So wurde festgelegt, wie die Ideen und Beschwerden bei der Neusser Lebenshilfe systematisch aufgenommen, festgehalten, abgearbeitet und ausgewertet werden.

Ideen und Beschwerden können Sie direkt, schriftlich oder per Mail, auch anonym, an die direkten Mitarbeiter/-innen, die Leitungskräfte, die Geschäftsführung oder an die Mail-Adresse **ideenundbeschwerden@lebenshilfe-neuss.de** richten. Sie werden von uns auf jeden Fall eine Rückmeldung bekommen, wenn wir Ihre Kontaktdaten haben.

Wir freuen uns auf ein gutes Miteinander.



Ihre Ansicht ist uns wichtig



Einige Mitarbeiter haben sich ein Jahr lang öfters getroffen.
In einer Arbeits-Gruppe.
Sie kamen aus verschiedenen Bereichen der Neusser Lebenshilfe.
Zum Beispiel von den Offenen Hilfen.
Oder aus dem Bereich Wohnen.
Auch aus dem Kinder- und Jugendzentrum.
Und aus den Kitas.
Genauso aus der Verwaltung.

Wir haben viel besprochen.
Auch die Abläufe in verschiedenen Bereichen.
Wir haben mögliche Probleme betrachtet.
Und über den Umgang mit Ideen und Beschwerden geredet.
Wir möchten die Ideen von anderen hören.
Beschwerden auch.
Jeder soll gerne seine Ansicht sagen.
Alle Ideen und Beschwerden sind uns wichtig.

Wir wollen noch besser werden

Dadurch werden wir besser.

Wir kennen dann die Wünsche von anderen.

Und erkennen Fehler.

Aus Fehlern kann man lernen.

So sind dann alle noch zufriedener mit der Lebenshilfe.

Auch unsere Kunden.

Wir haben uns Gedanken gemacht dazu:

Wie nimmt man eine Idee oder Beschwerde an?

Auch wie spricht man mit einem verärgerten Menschen?

Wer soll eine Idee oder Beschwerde aufnehmen?

Und wie soll dies geschehen?

Muss eine Nachricht an den Vorgesetzten gehen?

Oder wann muss die Geschäfts-Führung davon erfahren?

Wer soll die Idee umsetzen?

Oder wer soll die Beschwerde bearbeiten?

Gemeinsam sind wir stark

Wir haben diese Fragen beantwortet.

Und noch viele weitere Fragen.

Das war eine schwierige Aufgabe.

Aber jetzt kann die Neusser Lebenshilfe diese Arbeit gut nutzen.

Wir können nun noch vieles besser machen.

Das ist uns wichtig.

Denn:

Wir wollen gemeinsam gut sein.

Und Gutes leisten.

Hier können Sie Ideen und Beschwerden sagen

Ideen und Beschwerden können Sie direkt sagen.

Sie können diese an unsere Mitarbeiter richten.

Auch an die Leitungen.

Oder an die Geschäfts-Führung.
Sie können uns auch einen Brief schreiben.
Oder eine Mail.
Wir melden uns dann auf jeden Fall.
Wenn Sie das möchten.
Sonst lassen Sie Ihren Namen weg.
Ohne Namen geht es auch.
Wir nehmen jede Nachricht ernst.

Wir freuen uns auf das Miteinander.

Unsere Brief-Adresse:
Lebenshilfe Neuss gmbH
Hamtorwall 16
41460 Neuss

Unsere Mail-Adresse:
ideenundbeschwerden@lebenshilfe-neuss.de



Ehrenamtliche Tätigkeiten zu Zeiten von Covid-19

Schwierige Balance zwischen Einsatz und Schutz



Im Normalfall helfen Ehrenamtler/-innen in unseren Einrichtungen und auf Veranstaltungen. Leider ist dieses Jahr

nichts normal. Viele Einsätze unserer Ehrenamtler/-innen mussten wegen des Lockdowns im Frühjahr abgesagt werden; auch weil es Betretungsverbote für unsere Einrichtungen gab und Veranstaltungen abgesagt wurden.

Aber wir haben sehr engagierte Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler in der Lebenshilfe Neuss. Zum Glück! Nach dem Lockdown haben viele schnell wieder mit angepackt. Allen ist es derzeit jedoch noch nicht möglich. Da einige Ehrenamtler/-innen direkt mit unseren Kund(inn)en zusammenarbeiten, sind zudem besondere Sicherheitsvorkehrungen zu treffen.

Kreativ wie eh und je

Eine Gruppe ist davon jedoch ausgenommen: Der Kreativkreis. Vor dem Lockdown haben sich die Teilnehmerinnen aus dem Kreativkreis jeden Montag zum gemeinsamen Stricken im Lebenshilfe-Center getroffen – und fleißig gestrickt. Dann musste das Lebenshilfe-Center coronabedingt geschlossen werden. Doch die engagierten Teilnehmerinnen haben weitergestrickt. Wie jedes Jahr sind wieder tolle Strickwaren entstanden. Wir sind begeistert!

Traditionell nimmt die Lebenshilfe Neuss am jährlichen Nikolausmarkt auf der Neusser Furth teil, wo u.a. die tollen Strickwaren verkauft werden. Doch da der Nikolausmarkt dieses Jahr abgesagt wurde, mussten wir improvisieren: Wir haben uns dafür entschieden, die Ware im Lebenshilfe-Center anzubieten. Jede/-r kann zu den Öffnungszeiten (Mo. bis Fr. von 13:30 bis

17:30 Uhr) ins Lebenshilfe-Center kommen und die beeindruckenden Ergebnisse bestaunen – oder erwerben. Es gibt Mützen, Socken, Schals, Puschen und vieles mehr in großer Auswahl, unterschiedlichen Größen und ideenreichen Varianten. **Achtung: Die Pandemie kann zu außerordentlichen Schließungszeiten führen.**

Wir sagen DANKE!

Die Lebenshilfe Neuss möchte sich an dieser Stelle für die unermüdlichen Einsätze unserer Ehrenamtler/-innen bedanken! Besonders in diesen außergewöhnlichen Zeiten wissen wir das Engagement zu schätzen. Gleichzeitig haben wir vollstes Verständnis dafür, dass längst nicht alle Ehrenamtler/-innen zurück in den Einsatz kommen können, weil sie sich und andere schützen möchten. Wir hoffen, dass wir die Pandemie schnell und unversehrt überstehen und zurück zur Normalität finden.

Praktikum im Lebenshilfe-Center

Daria ist 19 Jahre alt.

Sie kommt aus Neuss.

Im Herbst war sie zwei Wochen im Lebenshilfe-Center.

Sie hat ein Praktikum gemacht.

Sie hat mit Dunja gearbeitet.

So konnte sie die Arbeit dort gut kennenlernen.

Dunja hat ihr zum Praktikum Fragen gestellt.

Was machst Du im Lebenshilfe-Center?

Ich verteile Kaffee, Tee und andere Getränke.

Das macht mir Spaß.

Woher kennst Du die Lebenshilfe?

Vom Wohnhaus in Grimlinghausen.

Ich wohne dort.



Kanntest Du das Lebenshilfe-Center schon?

Ja. Ich war schon mit der Schule hier.

Hast Du schon woanders gearbeitet?

Ich habe meinem Vater schon beim LKW-Fahren begleitet.

In der GWN habe ich geputzt.

Und Bonbons verpackt.

Was möchtest Du beruflich machen?

Vielleicht gehe ich wieder in die GWN.

Hier finde ich es auch gut.

Was möchtest Du am liebsten tun?

Etwas mit Tieren.

Mit Hunden und Katzen.

Ich bringe denen gerne Tricks bei.

Hast Du selbst Haustiere?

Ja, einen Hund.

Der lebt bei meiner Mutter.

Er heißt Rocky.

Was kannst Du sonst gut?

Getränke verteilen.

Mich mit Menschen unterhalten.

Und mein Handy bedienen.

Arbeitest Du lieber mit anderen oder alleine?

Alleine mit Dir (Dunja).

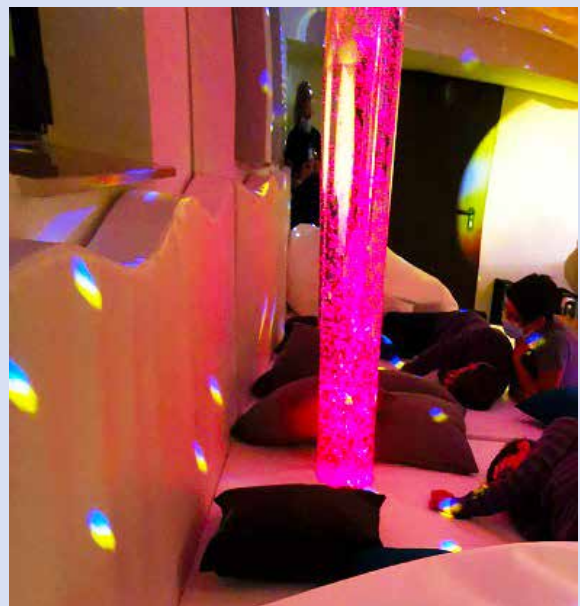


Snoezelen im Wohn-Haus Weckhoven

Snoezelen ist ein schwieriges Wort.
Es kommt aus den Niederlanden.
Es beinhaltet viel.
Vor allem sich wohlfühlen.



Snoezelen bedeutet: kuscheln, schlummern und ausruhen.
Auf weichen Matratzen.
Mit angenehmen bunten Lichtern.
Und mit ruhiger Musik.



Das macht den Kopf frei.
Dann geht es einem gut.
Man kann sich entspannen.
Auch Ärger loslassen.

Im Wohn-Haus Weckhoven gibt es dafür einen Raum.
Unser Snoezel-Raum ist sehr gemütlich.
Mit vielen kuscheligen Kissen.
Und mit beleuchtetem Wasser.
Das Licht ändert oft seine Farbe.
Es gibt auch einen Sternen-Himmel.
Man kann auch Wälder, Wiesen und Seen auf die Wand zaubern.

Es gibt unseren Snoezel-Raum jetzt ein Jahr.
Der ist richtig toll.
Teils kommen wir zum Spielen rein.
Und dann schläft man manchmal einfach ein.
Das ist total schön.

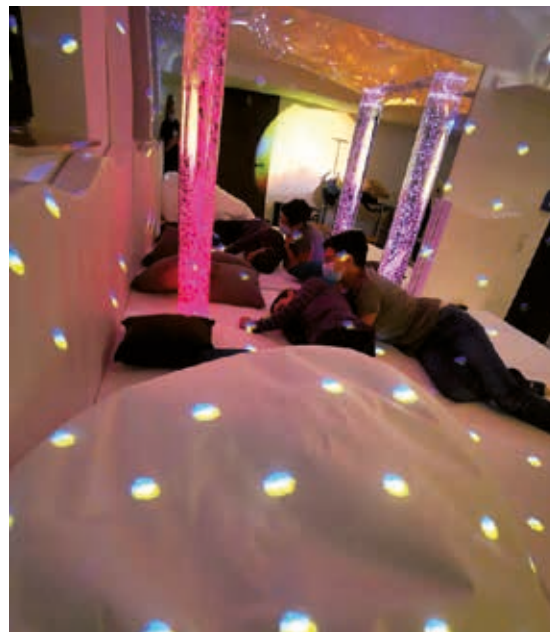
Entspannung pur



Das Snoezelen nimmt in unseren Einrichtungen einen immer größeren Stellenwert ein, da es bei der Bewältigung von Belastungssituationen jeglicher Form einen für den Menschen wichtigen Ausgleich schafft und so gesundheitsfördernd wirkt. Snoezelen setzt sich aus den beiden niederländischen Worten „snuffelen“, das so viel wie kuscheln oder schnuffeln bedeutet, und „doezelen“, das mit dösen übersetzt werden kann, zusammen. Gemeint ist, dass mit gezielt ausgewählten Sinneseindrücken, die mit Hilfe von Lampen, Lichtprojektionen, Gerüchen, Wärme sowie Musik und Klängen hervorgerufen werden, Wohlbefinden erzeugt wird.

Verlangsamte Welt

Das Besondere am Snoezelraum im Wohnhaus Weckhoven ist die ausgedehnte Liegelandchaft mit den vielen kuscheligen Kissen und den großen beleuchteten Säulen, in denen Wasserbläschen aufsteigen und so den Raum in ein angenehmes, wohliges Ambiente tauchen. Dazu trägt ebenfalls die Lampe mit Farbwechsler bei, deren Licht vom großen Spiegel an der Wand und der Spiegelkugel an der Decke reflek-



tiert wird und interessante Farbspiele an die Wände und den selbst gestalteten Sternenhimmel wirft. Mit Hilfe einer Projektorlampe lassen sich außerdem Landschaften auf die Wand zaubern, die zusammen mit entspannender Musik und Naturgeräuschen dazu einladen, den Alltag hinter sich zu lassen und eine Zeit lang abzuschalten. In dieser Atmosphäre gelingt dies im Handumdrehen.

Viele neue Eindrücke

Den Snoezelraum im zweitältesten Wohnhaus der Neusser Lebenshilfe gibt es nun seit einem Jahr und er kann von den Bewohner(inne)n zu jeder Tageszeit genutzt werden. Egal, ob die Bewohner/-innen nach einer fordernden Tätigkeit zur Ruhe kommen und neue Kraft tanken oder neue Sinneserfahrungen sammeln wollen, der Raum bietet ihnen die entsprechenden Gegebenheiten dafür. Und dass es funktioniert, sehen wir immer wieder: Fängt die Zeit im Raum doch häufig mit Spielen an, werden sich kurze Zeit später schon die Kissen geschnappt und Ruhe kehrt ein. Und manchmal schläft der/die ein oder andere Bewohner/-in auch ein.

UWOs unterwegs

Ausflug zum Begegnungszentrum Delhoven

Die UWO-Nutzer/-innen vom Hasenberg besuchten das Begegnungszentrum in Delhoven. Dort gibt es viele verschiedene Tiere wie Ziegen, Ponys, Hühner, Kaninchen und natürlich Lamas/Alpakas. Ein bisschen Regen kam uns dazwischen, was aber die Stimmung keinesfalls trübte.

Claus S.: Die waren so süß, die Tiere. Die Gegend war so beruhigend, es war so ruhig. Es hat mich an meine Heimat erinnert. Was ich gut fand, dass die Heike (Anmerkung: Heike ist die Besitzerin der Tiere und führt die Treffen durch) das gut erklärt hat, warum die Lamas/Alpakas, was gemacht haben. Das sie erklären konnte, warum die Tiere weggegangen sind oder warum sie sich so verhalten haben oder was sie gefühlt haben. Und die Tiere haben gezeigt, was mit den Personen los ist.

Christian C.: Gut. Alles. Das weiße Lama, wenn ich traurig bin, das hat gemerkt, wie es mir geht. Das konnte das mir zeigen.



Alexandra B.: Ich bin schon das dritte Mal da. Weil ich Tiere halt sehr mag. Dass sie halt auch merken, dass es einem Mensch nicht gut geht. Die sind mehrmals weggegangen, die Tiere, weil etwas nicht gestimmt hat und sind dann auch wiedergekommen. Heike hat mich nach meiner Familie gefragt und erklärt, dass die Tiere das dann merken, was los ist. Und dass ich das sehr toll gemacht habe mit den Tieren. Heike hat das richtig berührt, dass die bei mir lagen.



Erfahrungsgespräch mit Frau K.

Betreuung in der Herkunftsfamilie

Tobias K. ist 19 Jahre alt. Er lebt zusammen mit seinen zwei Geschwistern bei seinen Eltern in Neuss-Allerheiligen. Tobias K. wird zudem vom UWO (Ambulant Unterstütztes Wohnen) betreut. Wir sprachen mit seiner Mutter über unser BiF-Angebot (**BiF = Betreutes Wohnen in der Herkunftsfamilie**) und wollten wissen, warum sie sich dafür entschied.



Frau K., wie sind Sie auf das Betreuungsformat „Betreutes Wohnen in

der Herkunftsfamilie“ der Lebenshilfe Neuss aufmerksam geworden?

Tobias wird schon insgesamt 18 Jahre durch die Lebenshilfe betreut, angefangen hat es bei der Frühförderung der Lebenshilfe in Grevenbroich. Dann haben wir über Bekannte und über die Zeitschrift TANDEM von dem Wohnprojekt in Allerheiligen erfahren. Wir waren auf einer Informationsveranstaltung und haben mit Herrn Gräwert (UWO-Leitung) gesprochen. Wir sind sehr interessiert an dem Wohnprojekt Allerheiligen, jedoch schätzen wir es für Tobias zu früh ein, auszuziehen. Er ist gerade erst von der Schule in seine erste Arbeitsstelle gewechselt.



UWOs im Zoo

Masken kein Problem

Bei strahlendem Sonnenschein und besserer Laune ging der UWO-Ausflug dieses Mal in den Krefelder Zoo. Klar hatten alle für die Fahrt ihre Masken dabei, auch für den Eintritt in die Innenbereiche des Zoos. Im Außengelände durften



Was sind Ihre Wünsche und Ziele von der Betreuung in der Herkunftsfamilie?

Wir wünschen uns für Tobias, dass er durch dieses Betreuungssystem selbstständiger wird und schon mal einen Einblick hat, wie es ist, woanders zu wohnen als bei seinen Eltern. Wir denken, dass dies eine gute Vorbereitung für Tobias ist. Unser Ziel ist es, dass Tobias dann in das Haus der Lebenshilfe in Allerheiligen einzieht.

Tobias' Einblick ins Wohnprojekt Allerheiligen

Tobias K. hatte auch schon die Gelegenheit, mit den Nutzer(inne)n, die in dem Haus in Allerheiligen leben, zu Abend zu essen und gemeinsame Zeit zu verbringen. Auf die Frage, ob es Tobias gefällt, antwortet er mit einem Lächeln auf den Lippen mit „Ja“.



sie allerdings abgesetzt werden. Ebenso beim anschließenden Eisessen und Austausch in Neuss: Ein doppelter Genuss!



Neues Angebot: Betreutes WG-Leben im Haus des Lebenshilfe-Vereins

Wir sind drin!!!

...wir, das sind die Bewohnerinnen und Bewohner im fertiggestellten Doppelhaus des Lebenshilfe Neuss e.V. an der Marga-Groove-Straße in Allerheiligen. Alle 8 Apartments im neuen Wohnprojekt, das vom UWO unterstützt wird, sind belegt. Als neuartiges Wohnangebot erweitert es das Wirken der Neusser Lebenshilfe, Wohnraum für spezifische Ansprüche und angepasst an persönliche Bedürfnisse zu schaffen. Eingebunden in einen jungen wachsenden Neusser Stadtteil, nahe am Verkehrsnetz wie an Freizeitangeboten und der Natur, bietet das offen konzipierte Haus

genügend Raum für Individualität und Selbstständigkeit. Jede Wohneinheit hat ihr eigenes Bad. Das Haus ist komplett barrierefrei und mit Fahrstuhl gestaltet – auch Zimmer für Rollstuhlfahrer/-innen sind vorhanden. Dazu gibt es gemütliche Gemeinschaftsräume. Und einen schönen Garten mit Terrasse ebenso. Was will man mehr? – Selbst die Rollos laufen per Knopfdruck...



Erste Geburtstagsfeier in der Marga-Groove-Straße

Mit Orchidee und Schokobrötchen



Kaum sind wir eingezogen, schon durften wir den ersten Geburtstag in der Marga-Groove-Straße 18 feiern. Geburtstagskind Janine P. war zufrieden: „Es war ein sehr schöner Tag. Die Muffins, die ich mit einer Betreuerin gebacken habe, waren sehr lecker – und ganz schnell weg. Ich habe sogar ein Geschenk bekommen, eine Orchidee und Schokobrötchen. Ich habe einen schönen Tag mit meinen Mitbewohnern gehabt.“



Lama-Alpaka auf Tuchfühlung im Wohnhaus Gnadental

Ungewöhnlicher Besuch von Annabelle

Eigentlich wollten wir im Mai zur Lama-Wiese nach Dormagen fahren. Durch Corona musste dies allerdings traurigerweise storniert werden. Doch im Juni gab es eine tolle Überraschung für uns alle: Annabelle, ein Lama-Alpaka-Mix, kam nach Gnadental vor unser Wohnhaus.

Viele von uns saßen schon länger vorher da und haben auf sie gewartet. – Und wurden belohnt. Denn es war lustig mit anzusehen, wie Annabelle anreiste. Sie kam in einem Kastenwagen an und wir staunten nicht schlecht, als die mit Spannung erwartete „Dame“ aus dem Kofferraum stieg.





Sie ist ein schönes, anmutiges Tier. Behutsam und vorsichtig näherte sich Annabelle jedem von uns und ließ sich geduldig streicheln.

Glückliche Momente und Streicheleinheiten

Gisela hatte erst etwas Angst vor dem Tier, aber musste dann doch lachen: „Die ist mir hinterhergelaufen und dann habe ich sie gestreichelt.“ Und Renate stimmt dem bei: „Die war ganz brav.“ Auch Auguste kann der Begeisterung nur beipflichten: „Etwas fest, aber auch weich, hat sich das Tier angefühlt.“ Und Rainer berichtet: „Wir haben gestaunt, als sie aus dem Kofferraum stieg.“ – „War schön.“, so Albrecht, der das Tier jedoch lieber nur mit Abstand betrachtete.

Werner, der schlecht auf den Beinen war, stand alleine vom Stuhl auf, um zu Annabelle zu gehen. Mit einem entspannten Lachen im Gesicht streichelte er Annabelles Hals.

Jeder genoss die Zeit im Sonnenschein mit Annabelle. Manche beobachteten, manche näherten sich ab und an und

manche wichen dem Tier kaum von der Seite.

Lutz findet passende Worte für dieses wunderbare Erlebnis: „Ich habe mich glücklich gefühlt.“ Und seine Augen leuchten.

Annabelle und die Reise nach oben

Und weil es mit Annabelle und den Bewohner(inne)n vom Wohnhaus Gnadental viele wunderschöne und bewegende Momente gab, kam im September Annabelle nochmal zu uns. Diesmal in kleinerer Runde und wieder entspannt und wunderschön.

Das Highlight diesmal: Annabelle ist ins Haus gekommen und Aufzug gefahren, da Werner nicht aufstehen konnte. Im Zimmer beobachtete er sehr aufmerksam und mit großen Augen das Tier und entspannte sich sichtlich.

Danke Annabelle und Frau Brug vom Begegnungszentrum Delhoven für diese außergewöhnlichen und bewegenden Momente!

Leichte Sprache auf neuss.de

Jetzt gibt es leicht verständliche Infos von der Stadt im Netz.
Die Stadt Neuss hat ihr Angebot im Internet ergänzt.
Sie bietet dort nun auch Infos in Leichter Sprache an.
Diese kann man mit einem Computer aufrufen.

Hier gibt es viele Themen-Blöcke.
Fast 50 Texte aus vielen Bereichen.
Zum Beispiel vom Bürger-Amt und Ordnungs-Amt.
Oder vom Sozial-Amt.
Es gibt auch Blöcke mit aktuellen Themen.
Hier findet man auch Infos zu Wahlen.



Oben rechts auf der Stadt-Seite am Computer ist ein Zeichen.
Ein Leichte-Sprache-Zeichen.
Es ist ein blau-weißes Männchen.
Es liegt im blauen Band im Klick-Menü.
Man kann darauf klicken.

Dann kommt man zu den Texten in Leichter Sprache.
Und zu den verschiedenen Inhalten.
Zum Beispiel über Wohnen, Freizeit und Hilfen bei Behinderung.
Auch über Ausweise, Arbeit und Betreuung.
Oder: Geld vom Amt.

Die Seite ist sehr hilfreich.
Sie soll bald noch mehr Texte bekommen.
Auch über das Theater und das Museum.
Und vieles mehr.
Reinschauen lohnt.
Man findet die Beiträge unter:
www.neuss.de/leichte-sprache



Themenseiten mit Gastbeitrag

Für unsere Gesundheit

Auf unsere Gesundheit wirken viele Aspekte. Die richtige Haltung, psychisches Gleichgewicht, gute Arbeitsbedingungen, unterstützende und präventive Maßnahmen sowie Fortbildungen können sie stärken. Die Lebenshilfe Neuss bietet umfassende gesundheitsfördernde Programme an, für ihre Nutzer/-in-

nen und Bewohner/-innen, für KiTa-Kinder sowie für ihre Mitarbeiter/-innen. Auf unseren Sonderseiten stellen wir einige davon vor. Zudem freuen wir uns über den Gastbeitrag von Dr. Michael Elstner, dem Leiter des Augustinus MZEB in Neuss.

Hilfreiche wie effektive Unterstützung



Die Lebenshilfe Neuss bietet ihren Mitarbeiter(inne)n eine Vielzahl von Unterstützungsangeboten im Hinblick auf die Anforderungen ihrer täglichen Arbeit. Eines dieser Angebote ist die Supervision. Supervision kommt aus dem Lateinischen und bedeutet wörtlich „Überblick“. Wie der Name schon verrät, geht es hier um die gezielte Schaffung einer Situation, in der die Beteiligten die Möglichkeit haben, einen bestimmten Sachverhalt gemeinsam zu betrachten, um dann „über“ diesen zu reden.

Dies wird im Arbeitsalltag naturgemäß solche Sachverhalte betreffen, die eine große Wichtigkeit haben. Hierzu können z.B. besondere Herausforderungen in der Arbeit mit den betreuten Menschen gehören. Supervision kann sich aber auch anbieten, wenn es darum geht, einen bestimmten, beabsichtigten Prozess strukturiert zu begleiten, wie z.B. die Veränderung eines Arbeitsbereiches.

Leitung und Moderation durch speziell geschulte Fachkräfte

Der Grundgedanke dabei ist stets, durch die Supervision einen besonderen Raum zu schaffen, der aus dem Arbeitsalltag herausgehoben ist und der es in einer

konzentrierten Atmosphäre ermöglicht, ein bestimmtes Thema intensiv und in der Regel über mehrere Stunden bzw. Sitzungen zu besprechen.

Eine Supervision wird immer von einem/einer Supervisor/-in geleitet und moderiert. Da diese Aufgabe sehr anspruchsvoll ist und ein hohes fachliches Können erfordert, sind Supervisor(inn)en in der Regel studierte und erfahrene Fachkräfte aus dem Bereich des Sozialwesens, die eine entsprechende Zusatzqualifikation erworben haben.

Veränderte Blickwinkel ermöglichen neue Lösungsansätze

Durch die Person und Arbeit des Supervisors/der Supervisorin entsteht die besondere Gesprächssituation, dass die im Mittelpunkt stehende Thematik sozusagen „von außen“ betrachtet und strukturiert wird. Dies wird von den Teilnehmer(inne)n in der Regel als hilfreich und bereichernd empfunden. So erleben sie einen neuen Blickwinkel auf ihre Arbeit, der sie auch oft befähigt, neue, frische Lösungsansätze zu entwickeln.

Eine Supervision findet meist in den Räumlichkeiten des Supervisors/der Supervisorin statt, da dort eine ruhige, ungestörte Arbeitsatmosphäre gewährleistet ist. Auch hierdurch kann gleichsam eine neue, vom Arbeitsalltag losgelöste Perspektive auf die zu Grunde liegende Thematik entstehen, die die Entwicklung von neuen Ideen begünstigt.

Supervision in variablen Settings

Da die Inhalte und Ziele von Supervisionen sehr unterschiedlich sein können, gibt es auch verschiedene Rahmen oder „Settings“, in denen sie üblicherweise

stattfinden. Hierzu gehören:

Einzelsupervisionen, bei denen naturgemäß der/die einzelne Mitarbeiter/-in im Mittelpunkt steht sowie das von ihm/ihr mitgebrachte Thema.

Teamsupervisionen, bei denen z.B. Fragen der Kooperation und Kommunikation miteinander im Zentrum stehen können. Die Reflexion von Prozessen im Team sowie die Bewusstmachung und ggf. Veränderung von Teamstrukturen.

Fallsupervisionen, bei denen ein von uns betreuter Mensch im Mittelpunkt steht bzw. Aspekte seines Verhaltens und Erlebens. Hierzu kann z.B. die Reflexion über herausfordernde Verhaltensweisen gehören sowie die Entwicklung von Ideen und Strategien, sinnvoll und nachhaltig auf diese zu reagieren.

Aktivierung eigener Ressourcen und Potentiale

Das Angebot sowie der Prozess der Supervision werden von den Teilnehmer(inne)n in aller Regel als sehr hilfreich und erfolgreich erlebt. Aspekte, die in diesem Zusammenhang z.B. häufig genannt werden, sind:

- Reflexion beruflichen Denkens und Handelns
- Entwicklung neuer Perspektiven und Ideen
- Erweiterung eigener Handlungskompetenzen („Empowerment“)
- Aktivierung eigener Ressourcen und Potentiale
- Erkennen von Möglichkeiten und Grenzen der eigenen Arbeit
- Klärung von Rollenerwartungen
- Aufbrechen und Überwinden von „Blockaden“
- Reflexion der Selbst- und Außenwahrnehmung
- Reflexion der Beziehungsdynamik zwischen den Kolleg(inn)en
- Stärkung der Kooperations- und Kom-

munikationsfähigkeit im Team

- Erarbeitung von Strategien zur Problembewältigung sowie zur Konfliktlösung
- Festlegung eines gemeinsamen Arbeitsstandards
- Wechselwirkungen zwischen beruflicher Rolle und Organisationsstruktur
- Verstehen von komplexen Zusammenhängen und Strukturen
- Überprüfung der Wirksamkeit der eigenen Arbeit
- Zeitnahe und intensive Kriseninterventionen
- Kooperation verschiedener Arbeitsbereiche im Rahmen der Supervision
- Verbesserung des Zeit- und Selbstmanagements
- Steigerung der Zufriedenheit von Betreuten und Mitarbeiter(inne)n
- Steigerung der Qualität der Arbeit

Wertschätzender wie entwicklungsorientierter Ansatz

Die Inhalte der Supervision werden dabei stets in einer wertschätzenden und entwicklungsorientierten Art und Weise besprochen. Dabei geht es nicht um ein „Richtig“ oder „Falsch“. Vielmehr geht es darum, die unterschiedlichen Lebenswelten und Erfahrungen gemeinsam und respektvoll zu reflektieren, um daraus sinnvolle und möglichst nachhaltige Handlungs- und Lebensperspektiven für den Einzelnen zu entwickeln. Im Mittelpunkt steht also immer die Frage, für welches Ziel man gemeinsam arbeitet.

Wesensmerkmal der Supervision ist außerdem der „geschützte Rahmen“ sowie die Vertraulichkeit. Alle an der Supervision Beteiligten verpflichten sich dazu, über das, was in diesem Rahmen gesagt wurde, Stillschweigen zu bewahren. Wobei die Ergebnisse und Entscheidungen, die in der Supervision erfolgt sind, natürlich in den Arbeitsalltag hineinwirken werden und sollen.

Kann man Entspannung trainieren? Und wofür soll das gut sein?



Das Thema Resilienz ist ein wichtiges in der heutigen Zeit: sich damit theoretisch auseinanderzusetzen, was äußere und innere Faktoren sind, die Stress auslösen und diesen verstärken. Und was jeder persönlich aktiv dafür tun kann, Stress zu vermindern.

Im Entspannungstraining wenden wir unterschiedliche Methoden an, um Spannungen im Körper-Seele-Geist-Gefüge abzubauen. Zu Beginn des Trainings lenken wir bewusst unsere Aufmerksamkeit auf positive Dinge. Aus der Neurowissenschaft wissen wir, dass die Gedankenbahnen, die neuronalen Netze, die wir öfter benutzen, ausgebaut werden und diejenigen, die wir selten benutzen, abgebaut werden. Von daher lohnt es sich, positive Dinge in den Fokus zu rücken.

Hin und wieder wird im Anschluss daran eine Schüttelmeditation angeboten.

Wir schütteln mit Unterstützung der entsprechenden Musik Spannungen und Blockaden aus unserem Körper. Der Körper hält zuweilen Emotionen, Anspannungen und somit Stressfaktoren fest. Durch das Schütteln können diese gelöst werden und ins Fließen kommen. (Wer schon mal ein Tier beobachtet hat, das starke Emotionen hatte, wird dieses Schütteln dort wiederfinden. Diese machen das instinktiv.)

In die Tiefe des Meeres abtauchen

Anschließend machen es sich die Teilnehmer/-innen bequem, um mit der Entspannung zu beginnen. Nach einer bewussten Entspannung der einzelnen Körperteile werden die Teilnehmer/-innen in einer Phantasiereise zu unterschiedlichen Kraftorten geführt. So sind wir schon in die Tiefe des Meeres abgetaucht, haben uns unter einem Wasserfall gereinigt, haben einen wunder-

schönen farbenprächtigen Regenbogen besucht, schwebten durch das Himmelszelt mit seinen unzähligen Sternen zu einem ganz besonderen Stern...

Die Phantasie Reisen richten sich nach den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmer/-innen, die davon berichten, dass sie innerhalb weniger Minuten in einen wohlig angenehmen Zustand zwischen Schlafen und Wachen kommen und mit neuer Energie und innerer Ruhe wieder zurückkommen – mit Bildern ihrer erlebten Phantasie Reise im Gedächtnis.

Dieses Erleben ist vergleichbar mit dem Reset-Knopf bei einem Computer: einmal ganz tief abtauchen, alles loslassen, um danach neu durchstarten zu können.

Mit Training zum Erfolg

Aber lässt sich Entspannung wirklich trainieren – und wofür soll das gut sein?

Deeskalationsberatung und -schulung bei der Lebenshilfe Neuss

Spannungsgeladene Situationen professionell meistern



Seit neun Jahren bieten drei Deeskalationstrainerinnen der Lebenshilfe Neuss, die vom Institut Prodema ausgebildet worden sind, Schulungen und Beratungen für unsere Mitarbeiter/-innen an.

Es soll gewährleistet werden, dass jede Person mit herausfordernden Verhaltensweisen von professionell geschulten Mitarbeiter/-innen begleitet wird. Daher werden mehrmals im Jahr umfangreiche

Die Antwort lautet:

Ja, Entspannung lässt sich wie ein Muskel trainieren. Wenn Sie dies regelmäßig tun, erhalten Sie immer leichter und schneller Zugang zu diesem Zustand. In der Konsequenz bedeutet das, dass Sie diesen auch in stressigen Situationen herstellen können. Damit wird der Parasympathikus aktiviert und damit alle körperlichen Reaktionen des Stresses reduziert. Dies fördert auf Dauer Ihre Gesundheit.

Das 90-minütige Entspannungstraining findet 14-tägig statt und ist für alle Mitarbeiter/-innen der Lebenshilfe Neuss kostenlos. Geleitet wird es von Marita Dongo.

Wer sich noch anmelden möchte, kann dies tun unter:

m.dongo@lebenshilfe-neuss.de

Schulungen mit vielen Möglichkeiten zum praktischen Üben der Techniken angeboten.

Ziel ist es, Strategien zu erlernen, die es ermöglichen, spannungsgeladene Situationen zu entschärfen, ohne sich in einen Machtkampf zu begeben oder die Würde des betreuten Menschen zu verletzen. Die physische und psychische Gesundheit aller Beteiligten soll damit bestmöglich geschützt werden.



Kontakt unter:

deeskalationsberatung@lebenshilfe-neuss.de

[lebenshilfe-neuss.de](mailto:deeskalationsberatung@lebenshilfe-neuss.de)

Tel. 0 21 31 – 176 92 35

Büro Virchowstraße 26,

41464 Neuss

(dienstags 13 bis 15 Uhr)

Spielerisch Gesundheit stärken

Effektive Gesundheitsförderung spielt bereits im Kindesalter eine gewichtige Rolle. Im Zusammenspiel von Eltern und KiTa können entscheidende und lebensprägende Weichen gestellt werden. Im Austausch verschiedener Einrichtungen und Verbände kann Erfahrung und Know-how zielgerichtet genutzt werden. Vernetzung gilt als zentrale WHO-Strategie. Eine Erkenntnis, die auch im Rhein-Kreis Neuss engagiert umgesetzt wird. 2003 wurde hier das „fitnetz – das gesunde Netzwerk“ gegründet, bei dem die Lebenshilfe Neuss seit Anbeginn Mitglied ist und dem alle KiTas und Familienzentren angehören. Sechs Basismodule in einem zwei bis drei Jahre andauernden

Prozess durchlaufen die Einrichtungen, um als Fitnetz-Mitglied zertifiziert zu werden. In Kooperation mit lokalen Akteuren aus den Bereichen Gesundheit, Bildung, Soziales und Sport bietet die Fitnetz-Koordinierungsstelle des Rhein-Kreises Neuss den teilnehmenden Einrichtungen breites wie tiefes Wissen und Unterstützung. Ziel ist, nachhaltige gesundheitsfördernde Strukturen und Prozesse im Alltag von KiTa-Kindern zu verankern und zu festigen. Zielgruppe des Netzwerkes sind die Erzieher/-innen, die durch Fortbildungen, Fachvorträge und Fachtagungen in ihrem Wirken gestärkt werden. Der Schwerpunkt liegt auf Ernährung, Stressbewältigung und Bewegungsförderung.

Per Bestandsanalyse zur Maßnahme

Teilnehmende Kindertagesstätten verpflichten sich, im Rahmen des Gesundheitsförderungszyklus zu arbeiten, indem sie eine Ist-Analyse erstellen, Ziele definieren, Maßnahmen planen und durchführen sowie diese anschließend evaluieren. Zwei Gesundheitskoordinatoren müssen je Einrichtung benannt werden, die die Prozesse in dieser steuern und kontrollieren. Zudem wird ein Gesundheitsteam aus Erzieher(innen) und Eltern gebildet. Mit Hilfe von Fitnetz-Fragebögen werden bestehende Abläufe und Situationen analysiert, um Handlungsbedarfe zu erkennen. Die Ergebnisse der Fragebögen, die Einordnung in gestellte Spinnenraster und die Wünsche aus den regelmäßigen Treffen des Gesundheitsteams dienen dazu, konkrete Projekte zu entwickeln. Diese können langfristig angelegt sein, wie beispielsweise Umstellungen in der Ernährung oder Umgestaltungen der Außenanlage. Aber auch temporäre Projekte, wie die Teilnahme an einem Lauf





oder das Angebot eines Elternabends zum Thema Medienkonsum, können Bestandteil sein. Alle Maßnahmen stehen unter stetiger Überprüfung und werden im Austausch mit den Netzpartnern fortlaufend weiterentwickelt. Die Verbesserung des Alltags für Kinder und Erzieher/-innen wird zum Prozess.

Kreative Ideen mit nachhaltiger Wirkung

Durch die organisatorische Unterstützung, die Schulung von Erzieher(inne)n sowie die Einbindung von Eltern in das Gesundheitsteam wurden in den Lebenshilfe-Einrichtungen zahlreiche Projekte im Rahmen des Fitnetzes durchgeführt und weitere gesundheitsfördernde Prozesse etabliert. So engagierte sich beispielsweise das Familienzentrum Hammfeld im Bereich Ernährung. Spielerisch wurden gesunde von ungesunden Nahrungsmitteln getrennt, um die Kinder, und mit ihnen auch die Eltern, für eine ausgewogene Ernährung zu sensibilisieren. „Ich pack in meinen Koffer“ hieß es unter anderem auf ihrer Erkundungsreise: KiTa-Kids sortierten Le-

bensmittel in ihren „Koffer“, die sich als Lunchpaket für den nächsten Ausflug eignen. Gesunde ausgewogene Kost kam auf die eine und Schädliches auf die andere Seite. So wurde den Kindern klar, dass zu viele Bonbons nicht ratsam sind. Spaß machte ihnen auch, morgens einen Blick in die unterschiedlich gefüllten Brotdosen zu wagen und gelungene Frühstückspakete herauszufinden. Schaubilder fürs Frühstück und fürs Mittagessen vertieften die spielerische Auseinandersetzung. Mehr und mehr prägte sich ein Gefühl für die Lebensmittel – auch für Grundformen und Wachstum.

Gesundheitsförderung als fortlaufender Prozess

Im Rahmen des Fitnetzes werden verschiedene Bereiche untersucht und bei Bedarf verbessert und gefördert. Hierzu zählen genauso die persönlichen Ressourcen aller Beteiligten wie Lebensplatz und Arbeitsraum sowie Kommunikations- und Organisationsstrukturen. So stehen u.a. die Konfliktfähigkeit bei Kindern, die Kompetenzen der Stressbewältigung bei Erzieher(inne)n im Visier, ebenso wie Gestaltung, Ernährung, Lärmbelästigung oder beispielsweise das Klima in der Einrichtung, die Zusammenarbeit mit Eltern oder externen Partnern. Nicht nur die Gesundheit der Kinder, auch die der Erzieher/-innen und Eltern profitiert durchs Fitnetz. So wurden z.B. im Rahmen eines Projekts zur Verbesserung der Rückengesundheit neue Stühle in Lebenshilfe-KiTas angeschafft und entsprechende Rückenschulen angeboten. Geschätzt wird von den KiTa-Teams insbesondere der kontinuierliche Austausch. Ziele werden gemeinsam angegangen, formuliert und ausgearbeitet, Qualitätskriterien und Kernprozesse definiert. Als Ergebnis formen sich oft praxisnahe Handouts. Und immer weitere Ideen und Projekte.

Das Augustinus MZEB in Neuss

Eine Einrichtung für Menschen mit geistiger Behinderung und mehrfacher Behinderung – als ganz besondere Arztpraxis optimal ausgestattet, vernetzt und vor allem mit viel Zeit für die Patienten

Um Menschen mit Behinderung optimal helfen und medizinisch versorgen zu können, wurden die Medizinischen Zentren für Erwachsene Menschen mit Behinderung (MZEB) gegründet. Unser Augustinus MZEB am Johanna Etienne Krankenhaus besteht nun seit zwei Jahren. Wir sind eine ambulante Einrichtung, also eine besondere Arztpraxis, die auf die Behandlung von Menschen mit Behinderung spezialisiert ist. Unser Ziel ist es, eine medizinische Versorgung auch den Menschen anzubieten, die nicht mit dem herkömmlichen Angebot zurechtkommen.

Für Menschen mit geistigen und mehrfachen Behinderungen ist der Zugang zur Gesundheitsversorgung häufig erschwert. Zwar kann man viele Einrichtungen inzwischen auch mit einem Rollstuhl erreichen, es gibt aber noch andere Barrieren: Wartezeiten werden als sehr belastend erlebt und steigern unter Umständen eine ohnehin vorhandene innere Unruhe und Anspannung. Die durchgeführten Untersuchungen und Maßnahmen werden vielleicht nicht richtig verstanden. Oft bestehen Ängste in Untersuchungssituationen. Viele Menschen mit Behinderung benötigen mehr Zeit als andere Menschen.

Mehr Zeit

Dass wir uns ausreichend Zeit nehmen können, ist ein ganz wichtiger Punkt bei der Versorgung in unserem MZEB. Für jede Untersuchung planen wir 90 bis 120 Minuten ein. In dieser Zeit haben wir die Möglichkeit auf den Patienten einzugehen. Häufig bestehen Ängste und in der Folge ein abwehrendes Verhalten.



Viele Betroffene können nur sehr wenig oder gar nicht sprechen, sodass es notwendig ist, auf andere Weise Kontakt aufzubauen. Nur wenn das gelingt, kann auch Vertrauen entstehen, ohne das die notwendigen Untersuchungen nicht möglich sind. Manchmal macht selbst das Abhören der Lunge oder des Herzens so viel Angst, dass es nur ganz vorsichtig durchgeführt werden kann. Dafür haben wir im MZEB genug Ruhe.

Es gibt immer jemanden, der weiter weiß

Die Fragen, die im MZEB gestellt werden, sind manchmal nicht leicht zu beantworten. Oft ist es so, dass mehrere Fachbereiche benötigt werden, um Antworten zu geben. Darum haben wir die Möglichkeit zusätzlich zu den Ärzten im MZEB (Neurologie, Geriatrie) weitere Fachärzte (Innere Medizin, Orthopädie, Gynäkologie usw.) aus dem benachbarten Johanna Etienne Krankenhaus einzubin-

den. So decken wir einen großen Teil der Medizin ab. Besonders wichtig ist auch die Zusammenarbeit mit der Psychiatrie, weil es bei vielen Symptomen Überschneidungen zwischen körperlichen und psychischen Ursachen gibt. Zum Beispiel kann ein depressives Verhalten auch auf eine Stoffwechselstörung hindeuten. Manchmal führen auch Schmerzen zu aggressivem Verhalten.

Ein großes Hilfe-Netzwerk

Zusätzlich zu unseren Ärzten können wir im MZEB auch nicht-ärztliche Therapeuten für die Untersuchung einsetzen. Bei Bewegungs- und Gangstörungen kommen häufig Physiotherapeuten zum Einsatz. Aber auch bei innerer Anspannung und Aggressionen oder auch Depressionen kann ein Bewegungs- und Sportprogramm unterstützen. Bei Schluckstörungen wird die Logopädie für eine ausführliche Testung und Beratung mit eingeplant. Oft ist auch eine Ernährungsberatung notwendig, wenn beispielsweise Unter- oder Übergewicht oder besondere Ernährungsprobleme (glutenfreie Kost, Lactose-Diät etc.) vorliegen. Die Orthopädietechnik kann in Bezug auf Hilfsmittel und Orthesenversorgung beraten. In Zusammenarbeit mit der Behindertenhilfe der St. Augustinus Gruppe ist auch eine Sozialberatung möglich.

Wie läuft die Untersuchung ab?

Nach einem ersten telefonischen Kontakt und einer Beratung verschicken wir unsere Anmeldeunterlagen. Besonders wichtig ist für uns dabei der Anamnesebogen. Dieser Bogen enthält Fragen nach dem aktuellen Problem, nach Vorerkrankungen, aktueller Medikation, aber auch zum Beispiel nach der vorhan-

denen Hilfsmittelversorgung. Zusätzlich zu dem Anamnesebogen fordern wir je nach Fragestellung auch noch weitere Unterlagen an (Gewichtsverläufe, Vorfunde, frühere Arztberichte, Entwicklungsberichte usw.). Diese Unterlagen werten wir aus und besprechen, welche zusätzlichen ärztlichen Fachrichtungen und welche Therapeuten benötigt werden. Zusätzlich überlegen wir, welche Zusatzdiagnostik (Ultraschall, EKG, Blutuntersuchung und zum Teil auch Röntgen) notwendig ist. Teilweise ist diese direkt im MZEB oder vom MZEB aus möglich. Für spezielle Untersuchungen (CT unter Sedierung, Magen- oder Darmspiegelung usw.) arbeiten wir mit dem Johanna Etienne Krankenhaus zusammen und können in der Regel zeitnah einen separaten Termin abstimmen. Nach Abschluss der Untersuchungen werden die Ergebnisse in einem ausführlichen MZEB-Bericht zusammengefasst, und wir geben eine Behandlungsempfehlung.

Info

- **Voraussetzung** für die Vorstellung im MZEB ist ein Grad der Behinderung von mindestens 70 Prozent sowie eines der Merkzeichen G, aG, H, Gl, Bl oder TBl.
- Für eine Terminabsprache oder für weitere Informationen können Sie uns unter **02131 789 50** oder per Mail **mzeb@ak-neuss.de** erreichen.
- Gerne beraten wir Sie auch telefonisch bei medizinischen Fragen.

Gesund am Arbeitsplatz



Das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) mit all seinen Facetten spielt in der Lebenshilfe Neuss eine sehr große Rolle. Dazu gehören Basics, wie die Gespräche zum betrieblichen Eingliederungsmanagement nach längerer Krankheit. Hier finden wir aufgrund unserer vielfältigen Arbeitsmöglichkeiten oft interessante Lösungen, die auch den Wechsel des Bereiches beinhalten können. Wir erstatten überdies Eigenanteile bei Vorsorgemaßnahmen der Krankenkassen, bieten Supervision für einzelne Mitarbeiter/-innen oder Teams, haben Betriebsvereinbarungen zur Arbeitszeit und zum Beschäftigtenschutz sowie zum betrieblichen Gesundheitsmanagement. Letztere Vereinbarung bildet die Basis, gesunde Arbeitsbedingungen in allen Betriebsstätten der Lebenshilfe Neuss zu erhalten, zu fördern und zu schaffen. Das Gesundheitsbewusstsein und ein gesundes Verhalten der Mitarbeiter/-innen werden ausgebaut. Zufriedenheit und Leistungsbereitschaft am Arbeitsplatz steigen.

Gestärkt durch psychosoziale Beratung

Seit 2019 ermöglicht es die Lebenshilfe Neuss obendrein ihren

Mitarbeiter(inne)n, eine kostenlose und anonyme psychosoziale Beratung in Anspruch zu nehmen. Die Option gilt für alle Belastungen, denen Mitarbeiter/-innen ausgesetzt sind, egal ob diese durch private oder dienstliche Gründe entstanden sind. Jährlich sind bis zu sieben Gesprächstermine möglich – bei Bedarf auch gemeinsam mit Familienmitgliedern oder Kolleg(inn)en.

Günstiges Bike-Leasing

Zahlreich angenommen wird auch das Angebot des Job-Rades: eine gute Möglichkeit, ein Fahrrad oder E-Bike über ein interessantes Leasing-Modell zu erwerben, bei dem steuerliche Vorteile genutzt werden. Die Teilnahme am Firmenlauf oder der jährliche Betriebsausflug und das interne Fortbildungsprogramm mit Kursen zum professionellen Deeskalationsmanagement oder zur Resilienz, Entspannung u.v.m. gehören zum Gesamtpaket dazu. Ferner arbeitet die Lebenshilfe Neuss eng mit der Berufsgenossenschaft zusammen. Dadurch werden alle Einrichtungen so ausgestattet, dass gesundes Arbeiten möglich ist.

Für Respekt, Akzeptanz und Schutz am Arbeitsplatz

Beschäftigtenschutzbeauftragte, was für ein Wort. Klingt es für jemanden der ein Problem hat einladend, beruhigend oder hilfreich? Es bedarf sicherlich einer Aufklärung. Was sind die Aufgaben einer/s Beschäftigtenschutzbeauftragten? In der Betriebsvereinbarung über den Beschäftigtenschutz der Lebenshilfe Neuss gGmbH steht geschrieben:

Es besteht Einvernehmen, dass sexuelle Belästigung, soziale Fehlverhalten, ungelöste Konflikte und fehlende Achtung vor Andersdenkenden sowie Angehörigen anderer Nationen oder Glaubensgemeinschaften das Betriebsklima negativ beeinflussen, zu Störungen der Arbeitsabläufe führen sowie die Qualität der Arbeitsergebnisse beeinträchtigen.

Die Rechte der Betroffenen auf sexuelle Selbstbestimmung, Menschenwürde und Meinungsfreiheit werden durch solche Verhaltensweisen verletzt. Folge dieser Belastungen können seelische und körperliche Erkrankungen sein.

Aus diesen o.g. Gründen ist es der Lebenshilfe Neuss ein großes Anliegen, ihre Mitarbeiter/-innen mit solchen Problemen zu schützen und zu unterstützen.

Grundlage vertrauensvoller Zusammenarbeit

Ich, Petra Dietrich-Voßen, seit 20 Jahren bei der Lebenshilfe in unterschiedlichen Bereichen tätig, bin Beschäftigtenschutzbeauftragte. Durch meine Arbeit in unterschiedlichen Einrichtungen der Lebenshilfe Neuss komme ich täglich in Kontakt mit vielen verschiedenen Menschen, Sorgen und Wünschen. Mir ist es ein großes Anliegen, Sorgen und Konflik-



te anzugehen, bevor sie zu einem großen Problem werden. Manchmal hilft schon ein kurzes Gespräch, eine andere Sichtweise oder ein guter Rat. Aber auch die Vermittlung zwischen Betroffenen und Beschuldigten in Konfliktsituationen gehört zu meinen Aufgaben. Höchstes Gut hierbei ist die vertrauensvolle Zusammenarbeit.

Schon zuhören hilft

Werden Sie gemobbt oder diskriminiert? Besteht ein Konflikt und haben Sie keine Lösung?

Haben Sie Unterstützungsbedarf?

Nur Mut ... scheuen Sie sich nicht davor, sich zu melden!

Wir sind insgesamt ein Team von fünf Beschäftigtenschutzbeauftragten und bieten Ihnen gerne unsere Unterstützung an!

Zu wünschen bleibt, dass in einem gesunden Körper ein gesunder Geist wohnt.



Unsere Beschäftigtenschutzbeauftragten sind:

Daniela Rauschenberg

Petra Dietrich-Voßen

Björn Vieregge

Ute Weller

Andreas Wollschläger

Balance und Vorbeugung

Dass wir Gesundheit und Wohlbefinden bei der Lebenshilfe Neuss wichtig nehmen, ist nichts Neues. Das gilt für unsere Klientel genauso wie für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Im jährlichen Fortbildungs- und Schulungsprogramm werden zahlreiche Kurse zum Arbeits- und Gesundheitsschutz angeboten. Sie sollen unterstützend wirken, mit den täglichen Herausforderungen und Belastungen im beruflichen wie privaten Umfeld umzugehen.

Das Kursangebot ist so aufgestellt, dass die Mitarbeiter/-innen auf psychischer und physischer Ebene Positives für sich und ihre Gesundheit erfahren können. So werden u.a. Präventivprogramme wie Kinästhetik- und Rückenschulen zur Vorbeugung von Erkrankungen offeriert. Im Ersteren wird vermittelt, auf die eigene Bewegung zu achten und zu erkennen, wie man sich bewegen kann, um die Gefahr einer Erkrankung zu verringern. In der Rückenschule werden unterschiedliche Methoden zur Muskelentspannung und Reduzierung von Schmerzen vorgestellt.

Seele, Körper und Geist im Ausgleich

Hilfestellung für das richtige Gleichgewicht zwischen beruflichem Engagement und privatem Abschalten kann der Entspannungskurs bringen. Die Fähigkeiten, tägliche Herausforderungen, Krisen und Veränderungen zu bewältigen, können im Kurs Resilienz und Achtsamkeit erlernt werden. Und für eine



gute Balancefindung aller Lebensaufgaben kann der Kurs Zeit- und Selbstmanagement sehr förderlich sein, in dem die Teilnehmer/-innen erfahren, mit ihrer verfügbaren Zeit kompetent umzugehen. Grundlagen und Auffrischung zum Erlernen von verbaler Deeskalation und der Verhinderung des Entstehens von herausforderndem Verhalten werden als weiteres Angebot im Deeskalationstraining vermittelt.

Es gibt viel Auswahl, für jeden ist etwas dabei. Die Schulungen werden sowohl von externen als auch internen Spezialist(inn)en durchgeführt. Anregungen von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern werden gerne bei der Planung des Fortbildungs- und Schulungsprogrammes berücksichtigt.

Spielerisch zum gründlichen Händewaschen



Das sagen wir, um die Kinder zum Händewaschen zu motivieren

Schritt 1: Wasser marsch! Und Hände drunter, so werden alle Finger nass und munter.

Schritt 2: Ein Tropfen Seife in die Hand, riecht gut und Bakterien werden mit Seifenschaum verbannt.

Schritt 3: Hände reiben, Hände reiben und die Bakterien vertreiben.

Schritt 4: Daumen, Zeigefinger, Mittelfinger, Ringfinger, kleiner Finger - alle werden eingeschmiert, damit jeder seinen Dreck verliert.

Schritt 5: Jetzt die Fingerlücken reiben, Die Finger ineinanderlegen und hin verschwunden sind dann auch die Keime.

Schritt 6: Jetzt streicheln wir die Handrücken mit den Handinnenflächen ein, dann wird dort keine Bakterie mehr sein.

Schritt 7: Jetzt kommt noch mal warmes Wasser drauf, tschüss Bakterien, lauft, lauft, lauft.

Schritt 8: Jetzt legen wir die Hände ins Handtuch hinein, denn alle Finger wollen wieder trocken sein.



Das sind die Bewegungen, mit denen die Kinder die Hände gründlich waschen und trocknen

Die Kinder feuchten ihre Hände an, indem sie sie unter lauwarmes Wasser halten.

Die Kinder nehmen etwas Seife aus dem Seifenspender auf eine Handinnenfläche auf.

Die Kinder reiben die Handinnenflächen gründlich gegeneinander.

Die Kinder konzentrieren sich darauf, jeden Finger gründlich mit Seife einzureiben. Achten Sie darauf, dass die Kinder die Finger beider Hände einreiben.

Die Finger ineinanderlegen und hin und her bewegen. So reinigen Sie die Fingerzwischenräume.

Mit den Handinnenflächen den Rücken der anderen Hand einreiben. Anschließend wird gewechselt, sodass beide Handrücken sauber werden

Die Kinder spülen die Seife an den Händen unter laufendem Wasser ab.

Die Kinder trocknen die Hände mit einem Papierhandtuch gründlich ab.

20 Jahre Wohn-Haus Bauerbahn



Das Wohn-Haus Bauerbahn gibt es schon 20 Jahre.
Das ist eine lange Zeit.
Es liegt auf einem Feld.
Sonst gibt es nur Bäume.
Kaum einer findet das Wohn-Haus gleich.
Viele fahren erst vorbei.

Es ist sehr ruhig dort.
Aber das denkt man nur.
Hier ist einiges los.
Es gibt viele Tiere.
Man hört Frösche quaken.
Und man kann Kaninchen sehen.
Die hüpfen über das Feld.

Das besondere Wohn-Haus
Im Haus wohnen 24 Menschen.
Es sind ganz verschiedene Menschen.
Auch besondere Menschen.
Sie können bestimmte Dinge.
Anderes können sie nicht.



Sie mögen manches.
Vor vielem haben sie auch Angst.

Aber im Wohn-Haus Bauerbahn finden sie Schutz.
Und fühlen sich wohl.
Jeder auf seine Weise.

Jeder ist willkommen

Die Bewohner im Haus sind toll.
Sie können hier viel machen.
Und alle fühlen sich sehr wohl.
Jeder hat ein eigenes Zimmer.
Das Haus ist sehr groß.
Und es hat einen Hof.
Dort dürfen alle Bewohner hin.
Hier fürchtet sich keiner.
Alle sind hier sicher.
Das Haus bietet allen Schutz.
Im Haus ist jeder willkommen.
Einige haben schon viel erlebt.
Sie haben lange nach einem Platz gesucht.
Nach einem passenden Haus.
Wo man sie versteht.
Und mag.
In dem sie sich wohl fühlen.
Und glücklich sind.
Wie jetzt im Wohn-Haus Bauerbahn.
Hier haben sie ein Zuhause gefunden.
Alle.



Wir feiern gerne

Am Anfang sind 2 Frauen eingezogen.
Dann kamen immer mehr Menschen.
Wir haben gleich viel geplant.
Auch ein schönes Fest in jedem Jahr.

Jedes Jahr im Herbst.
Aber es war immer schlechtes Wetter.
Deshalb haben wir ein Fest im Sommer gemacht.
Das war toll.

Jetzt feiern wir immer im Sommer.
Nur einmal haben wir im Winter gefeiert.
Das war vor 10 Jahren.
Da war es sehr kalt.
Aber es hat uns trotzdem Spaß gemacht.

Der schönste Tag im Jahr

Wir feiern auch jedes Jahr ein Weihnachts-Fest.
Da ziehen wir uns alle immer hübsch an.
Und schmücken die Tannen-Bäume.
Wir feiern das immer draußen.
Bei jedem Wetter.
Es gibt immer leckere Sachen.
Und es gibt Punsch.
Das ist ein warmes leckeres Getränk.

Es kommt auch ein Musik-Verein.
Wir singen gemeinsam Lieder.
Danach grillen wir immer.
Das muss sein.
Genau wie Geschenke.
Wenn der Weihnachts-Mann kommt.
Wir packen Geschenke sofort aus.
Darauf warten alle.
Jeder freut sich riesig drauf.
Dieser Tag ist etwas ganz Besonderes.
Die Bewohner finden diesen Tag super schön.
Und die Betreuer auch.



Idylle ist eins der Gesichter

Fast jeder, der zum ersten Mal das Wohnhaus Bauerbahn besucht, fährt daran vorbei. Ältere Navis leiten einen mitten ins Nirgendwo – mitten auf die Landstraße, links und rechts Bäume.

Und genauso ist es, ganz allein, umgeben von Feld, Wiese und Bäumen liegt das Wohnhaus Bauerbahn – ruhig und idyllisch, zumindest auf den ersten Blick. Denn hier tobt das Leben – nicht nur die Frösche, Kaninchen, Bienen und andere Tiere hüpfen übers Feld.

Das besondere Zuhause

Auch die Bewohner/-innen und Mitarbeiter/-innen des Hauses präsentieren sich als ein bunter Haufen, der dieses Wohnhaus zu einem besonderen Zuhause macht. Ein Zuhause, das in diesem Jahr 20 Jahre alt wird. In den 20 Jahren hat das Wohnhaus vielen Menschen mit besonderen Bedürfnissen einen Ort zum Wohlfühlen und vor allem zum „Sein-Dürfen“ geboten.

Das Wohnhaus gibt 24 Menschen in 4 Wohngruppen Platz. Jeder hat sein eigenes Zimmer und es gibt zwei geschützte und zwei offene Gruppen. Im ersten Moment klingt das komisch und für manch einen auch fremd: eine geschützte Gruppe. Es bedeutet, dass die Bewohner/-innen in einem Bereich leben, den sie eigenständig nicht verlassen können. Das mag sich einengend anhören, aber durch unseren wunderschönen und großzügig angelegten Innenhof bieten sich große Bewegungsmöglichkeiten. Und vor allem auch Sicherheit für die Menschen, die sich im Straßenverkehr nicht allein bewegen können und Gefahren nicht einschätzen können. Für sie bedeutet der geschützte Bereich vor allem, sich selbstständig und ohne Angst bewegen zu können. Keiner kann verloren gehen.

Sich willkommen fühlen

Viele der Menschen, die im Wohnhaus Bauerbahn ein Zuhause gefunden haben, haben eine weite Reise hinter sich. Eine Reise, die oft mit unbeständigen Zeiten verbunden war, mit sich nicht wohlfühlen, nicht willkommen sein. Einer Suche nach dem richtigen Platz, an dem sie endlich ankommen dürfen und an dem sie Strukturen finden, die ihren Bedürfnissen entgegenkommen. Und Strukturen, die immer wieder an die Menschen, die hier leben, angepasst und die stets überdacht werden.

Am 1. Dezember 2000 zogen zwei Bewohnerinnen ins Wohnhaus Bauerbahn ein. Eine davon lebt noch hier. In den ersten Tagen waren die Mitarbeiter/-innen vor allem damit beschäftigt, Geschirr



auszupacken und die Küchen einzuräumen. Bis sich nach und nach das Haus füllte. In den ersten Jahren wurde versucht, ein Herbstfest anstatt eines Sommerfestes zu feiern. Dieses fiel regelmäßig wegen des schlechten Wetters buchstäblich ins Wasser. Sodass wir nun doch Sommerfeste feiern. Einzige Ausnahme war unser 10-jähriges, welches wir bei klirrender Kälte im Dezember vor dem Wohnhaus feierten.

Außergewöhnliche Orte brauchen außergewöhnliche Traditionen

In 20 Jahren werden so manche Ereignisse zu lieb gewonnenen Traditionen, so auch unsere jährliche Weihnachtsfeier. In der Regel wird diese am Freitag vor Weihnachten oder dem letzten GWN-Tag vor Weihnachten gefeiert. Und egal, ob es schneit oder das Wetter schön ist, wir feiern draußen im Innenhof. Mit Punsch und Leckereien, dem Posaunenchor mit dem wir Weihnachtslieder sin-

gen und es wird gegrillt. Das darf auf keinen Fall fehlen! Jeder macht sich schick, die Tannenbäume stehen geschmückt in den Wohnzimmern und eine festliche Stimmung macht sich breit. Nach dem Singen mit dem Posaunenchor werden die Leckereien vom Grill verspeist und danach kommt, worauf alle gewartet haben: Die Bescherung!

Jede Gruppe gestaltet diese nach den Bedürfnissen der jeweiligen Bewohner/-innen. Mit Singen, Geschichten, Gedichten, Auspacken der Geschenke – die natürlich gleich ausprobiert werden müssen und in der einen oder anderen Gruppe kommt auch der Weihnachtsmann. Nicht nur für unsere Bewohner/-innen ist dies ein aufregendes Highlight, auch für die Kolleg(inn)en ist dieser Tag eine Herzensangelegenheit und wunderbare Tradition sowie einer der schönsten Tage des Jahres.

Wir vom Wohn-Haus Grimlinghausen im Zoo

Wir haben lange keinen Ausflug mehr gemacht.
Zum Schutz vor dem gefährlichen Virus.
Das Corona heißt.
Denn das Corona-Virus macht viele krank.
Daher müssen wir uns schützen.

Im Sommer war die Gefahr eine kurze Zeit kleiner.
So konnten wir in den Krefelder Zoo fahren.
Das Wetter war schön.
Alle waren begeistert.
Wir haben einen Bus geliehen.
Und Essen eingepackt.
Wir mussten Masken aufsetzen.
Und uns an Regeln halten.
Das hat gut geklappt.



Traurige Gorillas

Wir haben im Zoo neue Sachen entdeckt.
Wir hatten viel Spaß.
Die Elefanten haben uns gefallen.
Dann haben wir gegessen.
Dabei haben wir Flamingos beobachtet.
Das sind große rosa Vögel.
Die haben lange Beine.
Die durften wir nicht füttern.
Dann haben wir die Gorillas besucht.
Die haben etwas Schlimmes erlebt.
Es hat gebrannt bei ihnen.
Dabei sind Gorillas gestorben.
Nur wenige leben noch.
Die sind jetzt bestimmt ganz traurig.

Lustige Kraniche

Danach haben wir Kraniche gesehen.
Das sind auch Vögel.
Die haben lange Schnäbel.
Und hören sich wie Trompeten an.

Das Tropenhaus war leider zu.
Zum Schutz vor Corona.
Wir konnten deshalb keine Krokodile sehen.

Freude auf Wasser-Zoo

Auf der Rückfahrt waren alle müde.
Weil wir viel erlebt haben.
Der Tag war sehr schön.
Wir planen schon einen neuen Ausflug.
Wir wollen mit der Bahn in den Aqua-Zoo.
Das ist ein Zoo für Wasser-Tiere.
Da gibt es auch Krokodile und Haie.
Wir freuen uns schon sehr.



Komm, wir fahren in den Zoo



Wie in allen Einrichtungen gab es auch im Wohnhaus Grimlinghausen in diesem Jahr lange Zeit keine Ausflüge. Zudem konnten die Bewohner/-innen nicht in die Werkstatt fahren, so dass alle ihren Tag in der Gruppe verbrachten – seit März. Am 23. Juli war es dann aber so weit: Die zwischenzeitlich etwas entspanntere Lage ließ es zu, einen Ausflug zu machen. Und als es hieß „Wir fahren in den Zoo!“, war die Begeisterung groß. Alle wollten mit.

Der Bus eines anderen Wohnhauses wurde ausgeliehen, Proviant eingepackt und schon ging es los in Richtung Krefelder Zoo. Dort angekommen, zogen sich alle ihre Masken an und stellten sich an. An die Abstandsregeln hielten sich alle hervorragend und auch im Zoo war dies kein Problem. Dort durften die Masken zudem wieder abgesetzt werden. Das war angesichts des wunderschönen Wetters und der strahlenden Sonne eine Wohltat.

Wiedersehen mit alten Bekannten

Bei der Runde durch die Anlagen des Zoos konnte viel Neues entdeckt werden und wir hatten viel Spaß. Die Freude, alte Bekannte, wie die Elefanten,

wiederzusehen, kannte kaum Grenzen. Während einer kleinen Stärkung wurden die pinken Flamingos beobachtet, die aber leider nicht gefüttert werden dürfen. Besonders lange verweilten wir bei den Gorillas, die das schlimme Brand-Unglück im letzten Jahr überlebt hatten. Es war schön zu sehen, dass sie sich scheinbar wieder wohlfühlen, obschon ihnen ihre Familienmitglieder bestimmt sehr fehlen. Danach ging es noch zu den Kranichen, die mit ihren lauten, trompetenartigen Rufen faszinierten. Leider hatte das große Tropenhaus des Zoos aufgrund der aktuellen Corona-Pandemie geschlossen, obwohl wir so gerne Krokodile und andere Reptilien beobachtet hätten.

Neuer Ausflug zu Haien und Krokodilen

Auf der Rückfahrt am Abend waren alle sichtlich geschafft von den vielen und neuen Eindrücken. Und zugleich überglücklich, endlich wieder etwas unternommen und einen so schönen Tag zusammen verbracht zu haben. Daher wurde schnell der nächste Ausflug geplant: mit der U-Bahn in den Aquazoo nach Düsseldorf. Denn alle wollten unbedingt doch noch Haie und vor allem Krokodile aus der Nähe beobachten.

Angebote der Offenen Hilfen Neuss

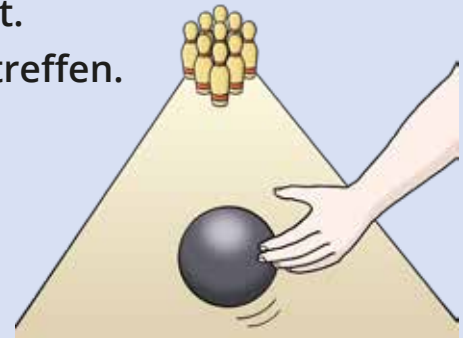
In diesem Jahr sprechen alle von Corona.
Daher durften unsere Angebote nicht statt-finden.
Zum Beispiel die Koch-Gruppen.
Oder der Lieder-Club.

Nun gibt es wieder ein paar Angebote.
Seit den Sommer-Ferien
Wir dürfen mit den Hunden spazieren gehen.
Der Hunde-Schnupper-Kurs findet wieder statt.
Auch zwei Kegel-Gruppen dürfen sich wieder treffen.

Ein paar Ausflüge können wir zudem machen.
Zum Beispiel zu den Lamas.
Oder zum Bowling.

Einige Angebote sind jetzt aber nicht möglich.
Es gibt Regeln und Verbote.
Wir müssen uns daran halten.
Wir prüfen stets, was geht.
Die Offenen Hilfen kümmern sich darum.
Und melden sich dann.

Wir möchten gerne wieder mehr anbieten.
Wir hoffen auf bald.
Und wünschen allen:
Bleibt gesund!



Gesund mit Hund



Warum der Kontakt zu Tieren gut für die Gesundheit ist, zeigen die Angebote der Offenen Hilfen mit den Therapiehunden Bam-Bam, Darwin, Fluffy, Heintje und Paul. Natürlich können die Hunde keine Wunderheilung vollbringen, aber sie können vielfältig dazu beitragen, dass sich die Teilnehmer/-innen besser fühlen.

Im Hunde-Schnupper-Kurs und der Wandergruppe spielen Bewegung und Beweglichkeit eine große Rolle. Gemeinsam mit den Hunden gehen wir spazieren. Dabei sind wir draußen an der frischen Luft und machen verschiedene Aktionen und Spiele mit den Hunden.

Gut für Körper, Seele und Geist

Die Motivation, mit dem Hund eine Übung durchzuführen, lenkt dabei häufig von motorischen Einschränkungen ab und manche Bewegungen, die sonst schwerfallen, gelingen plötzlich wieder.

Das weiche Fell der Hunde lädt zusätzlich zum Streicheln ein und unterschiedlich eingesetzte Materialien in den Aktionen regen den Bereich der Feinmotorik an.

Aufgaben und Übungen mit den Hunden schulen die Gedächtnisleistung und die kognitiven Fähigkeiten. Denn die Teilnehmer/-innen müssen sich verschiedene Kommandos und Durchführungsabläufe merken. Darüber hinaus entwickeln sich häufig Gespräche unter den Teilnehmer(inne)n, man tauscht sich aus und gibt Tipps, um sich gegenseitig zu unterstützen. Der Hund fungiert in diesem Fall als Vermittler und sozialer Motivationsschlüssel, was neben positiven Effekten für die körperliche Gesundheit auch die Seele stärken kann. Eine Erkenntnis, die bereits Hildegard von Bingen hatte, denn ihr wird das Zitat zugeschrieben: „Gib dem Menschen einen Hund und seine Seele wird gesund.“

Alles anders, aber dennoch mit Freude

In den Sommerferien durften wir endlich wieder starten.

Drei Wochen vor den Ferien haben wir die Information bekommen, dass unter gewissen Auflagen eine Ferienaktion durchgeführt werden darf. Also haben wir von den Offenen Hilfen uns hingeworfen und überlegt, wie und unter welchen Voraussetzungen das für alle gut möglich ist.

Die Schule am Nordpark konnte uns glücklicherweise alternative Räumlichkeiten in der Schule anbieten. In den ursprünglichen Räumen konnten wir die Ferienaktion dieses Jahr nicht anbieten, da der Platz unter den gegebenen Hygienevorschriften zu gering war.

Unter den Umständen der Corona-Pandemie war es nicht so einfach, ein spannendes Programm auf die Beine zu stellen. Dennoch konnten wir gemeinsam mit den Betreuer(inne)n einige Angebote für die Kinder zusammenstellen.

Burg aus Karton und Picknick im Freien

In der zweiten Hälfte der Sommerferien fand die Ferienaktion im Martin-Luther-Haus statt. Dort konnten wir die üblichen Räumlichkeiten im Upside Down nutzen. Es gab in beiden Ferienaktionen einige Auflagen, an die wir uns halten mussten. Unter anderem mussten wir die Räumlichkeiten und Flächen täglich desinfizieren. Daher verkürzte sich unsere Betreuungszeit.

Die Ausflüge mussten gut durchdacht sein. Wir haben hauptsächlich Ausflüge draußen gemacht, z.B. waren wir auf dem Drachenfels im Siebengebirge oder haben ein Picknick am Rhein veranstaltet.

Zudem haben wir uns tolle Sachen einfallen lassen, die man auch vor Ort gut machen konnte. Zum Beispiel haben wir eine große Burg aus Kartons gebaut und anderes gebastelt.

Es war unter den aktuellen Umständen eine schöne Ferienzeit und wir werden auch die nächsten Ferien gemeinsam gestalten.



Spannende Erkundung des Weltalls

Auf Wunsch der Teilnehmer/-innen haben wir uns beim Workshop im August mit einem ganz besonderen und spannenden Thema beschäftigt: dem Weltraum und den Planeten.



Auch bei den vorangegangenen Workshops hatten wir uns schon mit Grundformen in der Malerei beschäftigt. Allerdings standen hier noch eckige Formen, wie Rechteck oder Dreieck, im Mittelpunkt, die die Teilnehmer/-innen mit viel Fantasie und Können auf die Leinwand brachten. Später haben die Kursinhaber/-innen mit Unterstützung der Neusser Malerin Simone Klerx auch noch gelernt, diesen Formen eine dritte Dimension zu geben, also z.B. mit Hilfe von Licht-Schatten-Effekten Würfel oder Pyramiden entstehen zu lassen.

Dies hat die Maler/-innen so beeindruckt und interessiert, dass sie Simone Klerx gebeten haben, diese Technik auch einmal auf runde Formen anzuwenden. So überlegten wir gemeinsam, wie sich dies malerisch gut umsetzen lässt. Dafür haben wir Leinwände mit verschiedenfarbigen Kreisen und Hintergründen angefertigt. Bei den Leinwänden mit schwarzem Hintergrund war dann schnell klar: Die sehen am besten aus, weil sie uns an Weltall und Planeten erinnern.

Die Maler/-innen haben daraufhin entschieden, zu dem Thema eine eigene Bilderreihe zu erstellen. Mit Hilfe von Frau Klerx haben sie dann die Größe, Anordnung und Farbe der „Planeten“ sowie die Farbe des „Weltalls“ immer wieder variiert, so dass nach und nach ganz unterschiedliche, spannende „Weltraum-Bilder“ entstanden sind.

Auf die Ergebnisse sind alle zurecht stolz, denn es sind tolle Bilder geschaffen worden. Beim kommenden Workshop sollen diese noch „verfeinert“ werden. Eine Auswahl der Bilder möchten wir Ihnen aber gerne schon jetzt in Form der beigefügten Fotos präsentieren.

Viel Freude beim Kunstgenuss!

Die neuen Programmhefte für die Freizeitgruppen und die Urlaubsreisen sind da

Das Freizeitgruppenheft 1/2021 und das Heft zu unseren Urlaubsreisen 2021 finden Sie im Internet unter

<https://lebenshilfe-neuss.de/freizeitgruppen> und <https://lebenshilfe-neuss.de/urlaubsreisen> oder in gedruckter Form in den Offenen Hilfen.

Haben Sie Fragen zur Anmeldung oder Finanzierung der Angebote? Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

i Ihre Ansprechpartnerin zu den Freizeitgruppen und den Urlaubsreisen:
Nicola Seburschenich
0 21 31 - 406 39 15
n.seburschenich@lebenshilfe-neuss.de



Symbol der Hoffnung

Unterm Regenbogen



Hing er in diesem Jahr als Symbol der Hoffnung und Zuversicht in vielen Fenstern, schmückte Balkone, Gehwege und Fassaden, so glänzte ein Farbenbogen in

voller Pracht und faszinierendem Licht auch vom Himmel gänzlich über unser Familienzentrum Am Baldhof.

Erste Ernte am geschenkten Apfelbaum

Wo Einsatz Früchte trägt

Naturnähe und Pflanzenliebe werden in allen unseren KiTas und Wohnhäusern großgeschrieben. So gibt es in diesem Jahr überall Früchtesegen. Auch der Apfelbaum im Garten des Familienzentrums Am Baldhof beglückte uns „endlich“ mit Früchten! Drei Jahre ist es her, dass wir ihn von unseren Vorschulkindern Hanna und Mia zum Abschied geschenkt bekommen haben. Die liebevolle Pflege durch Kids und Mitarbeiter/-innen zahlt sich aus: mit knackigem Genuss. Danke nochmals für das tolle Geschenk!



Bunte Laternen

In diesem Jahr ist vieles anders.
Wir schützen uns gegen das Corona-Virus.
Wir machen trotzdem schöne Sachen.
Wie St. Martin feiern.
Mit tollen Laternen.
Und leckeren Weckmännern.



Elternfrühstück im Familienzentrum Am Baldhof

Große Freude, sich begegnen zu können



Anfang September fand das erste Elternfrühstück im Familienzentrum Am Baldhof nach dem Betretungsverbot statt. Natürlich unter den Corona-Hygienevorschriften. Die Eltern waren sehr dankbar für das Angebot und freuten sich sehr darüber, sich austauschen zu können. 10 Eltern (nicht gleichzeitig) kamen in die Turnhalle und nutzten die Gelegenheit zum Gespräch und zur Informationsbeschaffung. Sie erkundigten sich auch über die laufenden Angebote der Einrichtung.

Viel Anreiz zum Klettern und Erforschen

Im Familienzentrum Marienburg tut sich was! Nicht nur innen, auch außen zeigt es sich in neuem Charme – sowie mit frisch aufgestellten Kletter- und Spielgeräten, samt massivem Steinkreis. Schon der Aufbau stellte ein Faszinosum für die Kids da – und ließ sie kräftig staunen: Bagger, Lastwagen und schwere Arbeitsgeräte rückten an. Bauarbeiter in Bau-schutzkleidung zeigten sich in Action. Da konnte „Bob der Baumeister“ nicht mit-halten. Live ist es deutlich aufregender, das steht fest. Ein Schauspiel der beson-deren Art. Altes wurde rausgeholt, Flä-chen bereinigt und geglättet und dann kam die Überraschung: ein tolles neues Spielgerät mit Kletterwand, Seil, Rutsche und vielem mehr offenbarte sich. Klar hielt es die Kleinen nicht lange auf Dis-tanz. Auch der massive „Stuhlkreis“ aus Felsbrocken lud rasch zu vielfältiger Nut-zung ein. Neben dem Austausch lassen



sich hier gut körperliche Koordinations-übungen vollziehen. Welche, das bleibt der Fantasie überlassen. Ob Balancie-ren, Springen, Liegen – was so Gestein doch für Anregungen einbringt! Klar ist: Die neue Außenanlage ist ein großer Gewinn. Eine Einladung zum Erforschen und ein Garant für neue Abenteuer und Spaß im Freien.

Familiencircus Traber im Familienzentrum Marienburg

Mit Schlangenfrau und Alberclown

Unterhaltung und Show haben es schwer in Zeiten von Corona. Auch im Familiencircus Traber, der derzeit keine Vorstellungen im Zelt und mit Tieren geben darf. Alternativen sind gefragt. So wie kurz vor den Sommerferien im Fa-milienzentrum Marienburg, wo die Cir-cus-Crew die Kids und die in die Schule entlassenen „Schlaubären“ mit Akroba-tik und Jonglierkunststücken faszinierte und Spaßmacher Spaghetti die kleinen und auch großen Zuschauer ordentlich zum Lachen brachte – und sie den leich-



ten Nieselregen der Open-Air-Veranstal-tung vergessen ließ.

Spielerisch ans Stück geführt



Geschichten und Märchen faszinieren Kinder. Wenn diese nicht vorgelesen, sondern vorgespielt werden, hat das seinen zusätzlichen Reiz. Und das noch mehr, wenn die Kids vor der Vorstellung „abgeholt“ werden. Im Familienzentrum Am Baldhof waren die Vorschulkinder jetzt nah an der Produktion des Stücks „Der Fischer und seine Frau“ – und voll auf begeistert.

Im Zuge einer Kooperation mit dem Rheinischen Landestheater (RLT) kam die Theaterpädagogin Gitti Holzner ins Familienzentrum, um mit den Vorschulkindern zu arbeiten. Sie erzählte ihnen die Geschichte und näherte sich spielerisch den Inhalten. Zudem sprach sie mit den Kindern darüber und beantwortete ihre Fragen.

Besuch der Proben

Als Nächstes besuchte die Gruppe das Theater in der Innenstadt, um sich die Probe vom Stück anzusehen. Danach gab es vor Ort eine kindgerechte Refle-

xionsrunde, in der die kleinen Theatergänger ihre Meinung äußern konnten und gerne sollten. So wurden die Kinder in die Produktion mit einbezogen. Auch, indem sie im Familienzentrum passende Dekorationen zum Theaterstück bastelten, die anschließend die Eingangshalle des RLT schmückten.

Geschenk für die Schauspielerin

Am 13. September ging es noch einmal ins Theater, zur großen Premiere. Ein Highlight für die Kids! Sie waren so tief im Stück, dass sie die Geschichte problemlos wiedergeben konnten. Das und die Aufführung haben ihnen sehr gefallen. Sie hatten auch ein Geschenk dabei, ein gemaltes buntes Bild, das sie nach der Vorstellung der Schauspielerin und den Mitbeteiligten des Stücks übergaben. Zum kompletten Abschluss des Projekts und der Zusammenarbeit kam die RLT-Mitarbeiterin nochmal für eine Nachbesprechungsrunde ins Familienzentrum. Eine tolle Aktion – und große Begeisterung bei den Kids!

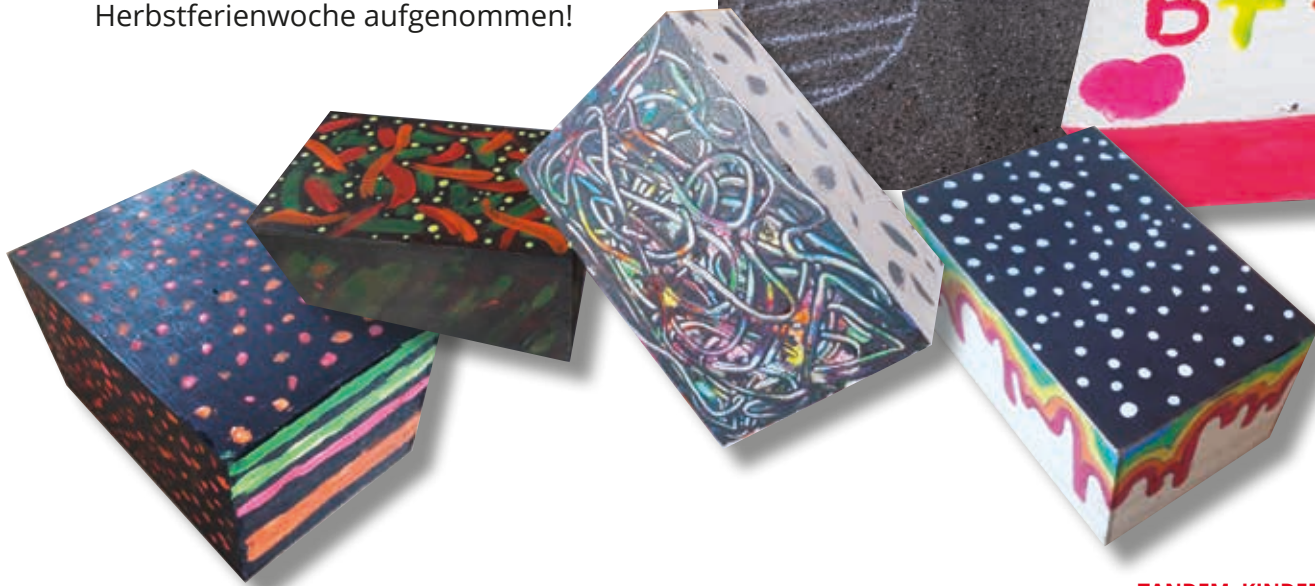
Jugendbus trotz den Widrigkeiten

Der JuB rollt wieder

Zwei lange Monate stand auch der Lebenshilfe-Jugendbus JuB wegen der anhaltenden Corona-Pandemie still. Die Türen mussten geschlossen bleiben: „Rien ne fonctionnait plus“ – nichts funktionierte mehr.

Als es dann am 18. Mai endlich wieder losgehen durfte, waren viele Stammbe-sucher/-innen wie Eltern noch verhalten. Aber nur kurz. Schnell wurde hier trotz der vielen Auflagen, Verhaltensregeln und Hygienevorschriften wieder gelacht, gehillt, gespielt, gemalt und Musik gehört. Auch in den ersten vier Wochen der Sommerferien. Dass – den Umständen geschuldet – in der ersten Ferienwo-che keine der beliebten frischen Waffeln und kein selbst gemachtes Popcorn an-geboten werden konnten, war schade. Das minderte aber keineswegs die Stim-mung.

Bunte Augenweiden aus Zigarrenkisten und andere Angebote fanden dafür re-ges Interesse. Insbesondere das Bema-len alter Zigarrenkisten kam bei den jün-geren weiblichen Besucherinnen gut an. So wurden einfache Holzkisten in varian-tenreiche bunte Augenweiden verwand-elt und später als Aufbewahrungsbox fürs Handy, schickes Schmuckkästchen für Stifte oder als Geschenkbox für die Eltern oder die beste Freundin verwen-det. Bei so viel Begeisterung wurde die Aktion gleich mit ins Programm der Herbstferienwoche aufgenommen!



Ferienpaß mit dem KijuZe

Durch Kurven rasen und steile Wände erklimmen



Das Angebot war vielseitig, das Wetter ordentlich und die Kids und Jugendlichen bei bester Laune: im Ferienpaß des Lebenshilfe-KijuZe. Steile Wände wurden von den 8- bis 14-jährigen beim Indoor-Klettern erzwungen, mit Alpakas ging es durchs Bergische Land und die ab 14-Jährigen rasten mit dem Go-Kart durch kurvenreiche Bahnen. Für die Jüngeren gab es zudem eine Rheintour mit Camp und Geländespielen sowie Be-

ach-Soccer. Auch der Badeausflug zum Straberger See und der abschließende Turniertag mit tollen Preisen im KijuZe kamen bestens an. Ebenso wie bei den Jugendlichen das Lasertag-Spielen in Düsseldorf, das Kölner Aqualand oder der abschließende Grillabend im Kinder- und Jugendzentrum Allerheiligen. Fazit: Tolle Erlebnisse und ebensolche Begegnungen!

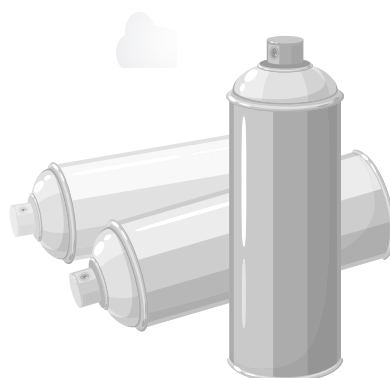


Ein Graffiti-HipHop-Tanz-Projekt im KijuZe Allerheiligen

Kunst mit Farbe und Füßen

Zum Jahresende wird es im Kinder- und Jugendzentrum Allerheiligen nochmal richtig bunt und laut. An zwei Wochenenden im Dezember besteht die Möglichkeit, mit echten Meistern der Graffiti-Kunst Eure eigenen Kunstwerke zu sprühen. Von der Skizze bis zum fertigen Bild könnt Ihr Euren eigenen Style entdecken und auf die Leinwand bringen. Wer keine Lust auf Graffiti hat, kann sich beim HipHop-Workshop austoben. HipHop-Tanz steht für Ausdruck und Freiheit und wird definiert durch eine Vielzahl von Bewegungen und Musik. Auch hier werden Euch Profis den einen oder anderen Move beibringen.

i **Das Graffiti-HipHop-Tanz-Projekt findet an den beiden Wochenenden Freitag und Samstag, 4. und 5. Dezember, sowie Freitag und Samstag, 11. und 12. Dezember 2020, im Kinder- und Jugendzentrum Allerheiligen, Am Henselsgraben 17 in 41470 Neuss statt. Anmeldung und Information unter 0 21 37 - 786 40 01.**



TANDEM



„Schneehase“ aus dem Kunstworkshop der
Lebenshilfe Neuss, gemalt von Elke K.



Lebenshilfe Neuss gGmbH

Hamtorwall 16, 41460 Neuss

Telefon 02131 - 369 18 0

kontakt@lebenshilfe-neuss.de

www.lebenshilfe-neuss.de