

Selbsthilfe Körperbehinderter Göttingen e.V.
Neustadt 7, 37073 Göttingen
Tel.: 0551-547330 Fax: 0551-5473315
e-mail: info@shk-goe.de
Internet: www.shk-goe.de



Rundbrief 4/24



Wir gratulieren unserem Vorstandsmitglied

Flora Kliem!*

* zum Neunten Platz der Para-Bogenschützen bei den Paralympics in Paris, zur Auszeichnung „Sport-Stipendiatin des Jahres“ 2024, zur Wiederwahl in den Vorstand der Selbsthilfe Körperbehinderter Göttingen...

Auch Bock auf Sport? Für Kurzentgeschlossene: Rolligerechtes Bowling im GDA, 30.09. um 16 Uhr

Hallihallo,

unser letztes Quartal startet zunächst mit etwas Aufregung: in Göttingen werden wieder Bomben geräumt! Am 12. Oktober müssen daher wieder 11.000 Menschen in der Weststadt vorübergehend ihre Wohnungen verlassen, die ein-Kilometer-Sperrzone um den Schützenplatz entspricht dabei in etwa den Vorgaben vom letzten Einsatz. Lediglich südlich der Groner Landstraße wird diesmal nicht geräumt. Plan und Infos im Liveblog www.goe.de/bombenverdacht.

Daher ACHTUNG: wegen der Bombenräumung ist das Oktober-Vereinstreffen dann nicht am 12. Oktober, sondern eine Woche später: 19. Oktober, 15h!

Nach dieser Aufregung hoffen wir dann sicher alle auf eine geruhsamere Herbst- und Winterzeit. Muckelt euch schön ein!

Liebe Grüße

Erik



GRUPPENANGEBOTE

Die verschiedenen Gruppen freuen sich über neue Mitglieder. Weitere Informationen gibt es im Büro, Tel. 0551-5473312.

Freizeitgruppe „Freunde treffen sich“

Die Freizeitgruppe trifft sich alle 14 Tage Montags für anderthalb Stunden, entweder in der **Neustadt 7** oder auswärts (siehe Kalender). Wir erstellen gemeinsam ein abwechslungsreiches Programm und verbringen eine schöne Zeit.

Teestube

In der Teestube treffen sich die Mitglieder im Seniorenzentrum (meist im Café, gfs. Mehrzweckraum) am „**Ingeborg-Nahnsen-Platz**“ alle 14 Tage Mittwochs von 15-17 Uhr zum Kaffeetrinken, Unterhalten, Singen, Spielen, etc.

Vereinstreffen

Jeden zweiten Samstag im Monat findet in den **Räumen der Selbsthilfe Körperbehinderter** ein Vereinstreffen statt. Hier werden bei Kaffee und Kuchen Neuigkeiten ausgetauscht und es gibt ein abwechslungsreiches Programm. Für Anregungen und Ideen sind wir offen.

Ausfahrten (Anmeldung und Infos unter 0551-54733-0)

Am 10.10 geht es nach Kassel zur Orangerie/Karlsaue, dann ist Winterpause!

Theatergruppe „Schmetterlingseffekt“ (kommt vorbei, Anmeldung nicht nötig)

Ab sofort startet unsere Theatergruppe mit dem „boat people projekt“ das

Projekt „Theater.Schaffen.Anerkennung“. Mitmachen kann jeder ab 18 Jahre, zum Auftakt finden jeweils zwischen 17 und 19 Uhr im Nachbarschaftszentrum Holtenser Berg, Londonstraße 11a, folgende Workshops statt:

- Mittwoch, 2. Oktober – Schnupperworkshop Theater und Impro mit Tobi
- Mittwoch, 9. Oktober – Schnupperworkshop Theater und Impro mit Tobi
- Freitag, 18. Oktober – Schnupperworkshop Theater und Text mit Nina
- Mittwoch, 23. Oktober – Schnupperworkshop Theater und Figur mit Nina
- Mittwoch, 30. Oktober – Theater und Bewegung mit Franzi
- Mittwoch, 6. November – Theater und Bewegung mit Franzi
- Freitag, 15. November – Workshop Theater mit Nina
- Mittwoch, 27. November – Theater und Bewegung mit Franzi



Terminkalender fürs aktuelle Quartal (Oktober - Dezember)

Für die Kontaktgruppe und die Teestube ist keine extra Anmeldung nötig, für Ausfahrten bitte ich um frühzeitige Anmeldungen. Auch über Terminhinweise fürs Quartal 1/25 freue ich mich. e.kleinfeldt@shk-goe.de, 0551 – 5473312

<u>Datum/Zeit</u>	<u>Event / Ort</u>
09.10., 15:00h	Teestube, Mehrzweckraum Ingeborg-Nahnsen-Platz 1
10.10., 12:30h	Ausfahrt, Ziel: Orangerie, Karlsaue Kassel, Treff ZOB
14.10., 20:00h!	Freizeitgruppe: Wir schauen „Ezra“, Kino Méliès, Info: lumiere-melies.de
19.10.!, 15:00h	1 Woche später!!! : Vereinstreffen, Thema noch offen, Neustadt 7
23.10., 15:00h	Teestube, Mehrzweckraum Ingeborg-Nahnsen-Platz 1
28.10., 17:00h	Freizeitgruppe: Wir kochen Kürbissuppe Neustadt 7
06.11., 15:00h	Teestube, Mehrzweckraum Ingeborg-Nahnsen-Platz 1
09.11., 15:00h	Vereinstreffen: Thema noch offen, Neustadt 7
11.11., 17:00h	Freizeitgruppe: Gemütliches Beisammensein, bringt DVDs mit
20.11., 15:00h	Teestube, Mehrzweckraum Ingeborg-Nahnsen-Platz 1
25.11., 17:00h	Freizeitgruppe mit Waffeln und Heißgetränken, Neustadt 7:
04.12., 15:00h	Teestube, Mehrzweckraum Ingeborg-Nahnsen-Platz 1
09.12., 17:00h	Freizeitgruppe: Weihnachtsmarktbesuch, Treff Deutsche Bank
14.12., 15:00h	Vereinstreffen, Weihnachtsfeier, Neustadt 7
18.12., 17:00h	Teestube, Mehrzweckraum Ingeborg-Nahnsen-Platz 1
Zwischen dem 23.12.24 und dem 04.01.25 sind Weihnachtsferien – keine Aktionen	
06.01.25, 17 h	Freizeitgruppe: wir planen neue Aktivitäten, Neustadt 7

Mitglieder-Versammlung und Sommerfest 17.08.24: Vorstandswahl und Fete

Am 17.8. haben wir ein fröhliches Sommerfest mit Köstlichem vom Grill und vielen weiteren leckeren Speisen gefeiert. Stimmungsvoll war die musikalische Begleitung von Barbara Schnyder, Lisa Steinert und „Kater“. Besonderer Dank geht auch an die vielen Helfer, die im Hintergrund gewirkt haben.

Zuvor bei der Mitgliederversammlung wurde auch der neue Vorstand gewählt:

- 1. Vorsitzender: Linus Müthing
- 2. Vorsitzender: Jonas Morgenroth
- Kassenwart: Gunnar Siebecke
- Schriftführer: Gerd Brunken
- Beisitzer: Nadine Flemming, Flora Kliem, Christiane Linne, Jochen Krohn

Rückblick zum Besuch der Polizei in der Teestube: Infos zu Trickbetrügnern



Am 31.07. kam der gut gelaunte Polizeibeamte Marko Otte in unsere Teestube. Kriminalprävention, v.a. bei Taten am Telefon, war das Thema. Herr Otte warnte u.a. vor falschen Polizeibeamten, in einem Fall gaukelten die Täter einer Dame vor, sie müsse sich mit einem fingierten Hausverkauf an laufenden Ermittlungen beteiligen und brachten sie so um Besitz von fast 300.000 Euro!

Also Achtung: die Polizei ruft niemals mit der Nummer „110“ an und fordert niemals Wertsachen oder Bargeld. Im Zweifel selbst die Polizei anrufen und Anrufe von vermeintlichen Kollegen von der Polizei prüfen lassen!

Typische Muster von Trickbetrug sind zudem:

- Die Anrufer überraschen mit schockierenden Nachrichten (z.B. dass ein Angehöriger wegen eines verursachten Verkehrsunfalls im Gefängnis ist und nur gegen Kautions rauskommt – Achtung: In Deutschland werden keine Kautionen erhoben!)
- Die Anrufer beginnen ein Gespräch oft ohne Namen und warten, bis das Opfer fragt „XY, bist du's?“ – dann geben sie sich als eben diese Angehörigen aus. Kurz darauf bitten sie um ein „vorübergehendes“ Darlehen.
- Ähnliche Masche: eine anonyme Whatsapp-Nachricht „Hallo, ich habe eine neue Nummer, lösche die alte“. Erkundigt sich das Opfer, ob es ein Angehöriger sei, wird dies bejaht. Im Anschluss wird um Geld gebeten.

Die Täter nutzen die Hilfsbereitschaft, Einsamkeit und Gutgläubigkeit der Menschen aus – oft freuen sich die Opfer erstmal, dass sie Angehörigen scheinbar helfen können. Besonders perfide: oft wird unter fadenscheinigen

Gründen um Stillschweigen gebeten, damit sich das Opfer niemandem anvertraut und so die Durchführung der Tat gefährdet.

Herr Otte rät zudem, ein Codewort mit den eigenen Familienmitgliedern zu vereinbaren, falls fernmündlich (vorübergehend) um Geld gebeten wird. So kann man Kriminelle und die echte Verwandtschaft auseinanderhalten.

Mehr Infos: Broschüre „Im Alter sicher leben“ von Polizei und „Weisser Ring“
<https://www.polizei-beratung.de/medienangebot/detail/228-im-alter-sicher-leben/>

Sucht und Behinderung – einfach kann jeder. Beitrag Neue Suchtselbsthilfe

Die „Neue Suchtselbsthilfe der Freundeskreise Südniedersachsen e.V.“ hat diesen Artikel verfasst. Er stellt ein barrierefreies Angebot für Suchtkranke mit Mobilitätseinschränkung vor und möchte Betroffene zur Selbsthilfe ermutigen. Wir veröffentlichen den Artikel leicht gekürzt. Einer der Autoren ist SHK-Mitglied Thomas Becker.

Die Sucht macht vor niemandem halt. In unserem Verein sind drei Personen mit Behinderung gut integriert. Über eine Rampe können Menschen mit Rollstuhl die Gruppenräume bequem erreichen.

Unser langjähriges Mitglied und Suchtkrankenhelfer Stephan Hepe hat schon als Jugendlicher mit Menschen mit Behinderungen in der Kirchengemeinde Holtensen (Intergra) intensiven Kontakt gehabt. Er lernte die Einschränkungen und die Bewältigung der typischen Probleme durch die Freundschaft mit Thomas Becker, der im Rollstuhl sitzt, kennen.

Jahre später haben sich die beiden durch Zufall wieder getroffen. Stephan erzählte von seinem Suchtproblem und Thomas hörte intensiv zu. Nach einigen Monaten trafen sich die beiden wieder und durch weitere lange Gespräche stellte sich heraus, dass Thomas ein Alkoholproblem hat. Diese Sucht entstand über Jahre hinweg als sogenannte Beisucht. Thomas ist seit Jahren spielsüchtig.

Ihm war bereits seit langem bewusst, seine Süchte überwinden zu wollen. Nicht zuletzt, hing konkret die weitere Pflegesituation von der künftigen Abstinenz ab. Die sogenannte Assistenz (Betreuung, Alltagshilfe), auf die Thomas ein Jahr warten musste, drohte wegzubrechen

Thomas und Stephan haben sich immer wieder ausgetauscht. Stephan berichtete über seine Selbsthilfegruppe. Der Besuch dieser Gruppe hat Stephan sehr ge-



holfen um abstinent zu bleiben. Er erzählte, dass er schon seit einigen Jahren als Suchtkrankenhelfer in der Gemeinde Holtensen eine Orientierungsgruppe für Suchtkranke und Angehörige mit mehreren Suchtkrankenhelfern leitet.

Thomas interessierte sich aufgrund Stephans Erzählungen sehr für unser Hilfsangebot und konnte sich einen Besuch der Gruppe gut vorstellen. Nach anfänglichen Schwierigkeiten mit der Fahrt nach Holtensen hat sich der regelmäßige Besuch unserer Orientierungsgruppe für Thomas positiv ausgewirkt. Er kam immer wieder zu den Gruppenstunden. Seine Abstinenz festigte sich.

Thomas war nun zum Glück in der „Neue Suchtselbsthilfe der Freundeskreise Südniedersachsen e.V.“ angekommen. Wie bei jedem Besucher, der diese regelmäßig besucht und abstinent über den Zeitraum von ca. drei Monaten bleibt, haben wir Thomas angeboten, in einer unserer festen Gruppen einen Platz zu bekommen.

Dieses Angebot hat Thomas dankend angenommen. Berührungängste seitens der Gruppenmitglieder gab es zu keinem Zeitpunkt. Alltägliche Hilfen, wie Jacke an- und ausziehen, bequemes Hinsetzen / Lagerung oder Getränke anreichen sind für alle Gruppenmitglieder selbstverständlich. Darüber hinaus gibt es regelmäßigen Kontakt außerhalb der Gruppenstunde wie Telefonate, Krankenbesuche und Freizeitgestaltung.

Wie andere Mitglieder des Vereins befindet sich Thomas in therapeutischer Behandlung als Ergänzung zur Selbsthilfe.

Thomas fühlt sich sowohl als Suchtkranker wie auch als Mensch mit Behinderung vollwertig im Verein akzeptiert

Der Verein bietet wöchentlich Treffen in GÖ-Holtensen und Northeim.

Kontakt: Neue Suchtselbsthilfe der Freundeskreise Südniedersachsen e.V.,

☎ (Stephan Hepe) 0551/5042896; ✉ info@neue-suchtselbsthilfe.de

www.neue-suchtselbsthilfe.de.

Treffen sind mit Rollstuhl zugänglich



Der „Klimacontainer“ der Stadt, im Sommer in der Groner Straße aufgestellt, stößt auf geteiltes Echo. Marie Habben, Vorsitzende des Beirates für Menschen mit Behinderungen, kritisiert die mangelnde Barrierefreiheit. (GT 09.07.24)

Die Selbsthilfe hat der Stadtverwaltung ein ähnliches Feedback rückgemeldet – dort versprach man, den Container entsprechend weiterzuentwickeln. Der Bauhof hat den „Klimacontainer“ für 12.000 Euro in Eigenregie entwickelt.

Die Zensus-Ergebnisse aus 2022 haben Auswirkungen auf den Länderfinanzausgleich: In Niedersachsen leben rund 7,94 Millionen Menschen, 170.000 weniger als bisher angenommen. Das Finanzministerium erwarte daher vom Bund Mindereinnahmen im niedrigen dreistelligen Millionenbereich (GT 10.07.24)

Jeder fünfte GöVB-Mitarbeiter ist über 55, viele gehen bald in Rente. GöVB-Chef Neugebauer setzt daher auf Personalgewinnung im Ausland (GT 10.07.24)

Die französische Tennisspielerin Pauline Déroulè spielt(e) bei den Paralympics mit einem individuell angefertigten Rolli von Otto Bock. (GT 10.07.24)

Der Verband der Ersatzkassen vdek hat berechnet, dass in Niedersachsen durchschnittlich 2528 EUR für einen Pflegeheim-Platz zugezahlt werden. Gesundheitsminister Phillippi hat daher seine Forderung nach einer grundlegenden Pflegereform an den Bund bekräftigt. Akut fordern CDU und Kassen das Land auf, wie bei den Kliniken Investitionskosten der Heime zu tragen (GT 11.07.24)

Am Senioren-Wohnheim GDA in Geismar haben engagierte Bürger – u.a. die Initiative Interrolli – einen Zebrastreifen erfochten. Zunächst war dieser von der Stadtverwaltung als nicht notwendig abgelehnt worden (GT 19.07.24)

Nach 45 Versicherungsjahren bekommen Menschen in Deutschland im Schnitt eine Rente von 1604 Euro, ergab eine Antwort der Bundesregierung auf die Anfrage des Bündnis Sarah Wagenknecht. Rund 1,08 Millionen der 5,4 Millionen Altersrenten mit 45 Versicherungsjahren lagen sogar unter 1200 Euro im Monat. Im Osten seien die Renten geringer als im Westen. Das Bundessozialministerium erläuterte, der Schnitt beinhalte auch kleine Renten, etwa wenn wie bei Hausfrauen, Selbständigen und Beamten nur wenig in die Rentenversicherung eingezahlt wurde. Oft gäbe es weitere Einnahmequellen (GT 23.07.24)

Ernst Gröschner ist blind, kürzlich verletzte er sich bei einem Sturz über einen wild geparkten E-Roller schwer. Jetzt wird ermittelt, ob sich gfs. eine Person durch falsches Abstellen strafbar gemacht hat. Der Anbieter erklärt, Nutzer müssten ihren Abstellvorgang eigentlich per Bild-Upload dokumentieren. Zudem kümmern sich Mitarbeiter im Stadtgebiet um schlecht abgestellte Roller. Die Regeln seien rechtlich „höchst unbefriedigend“, so die Stadtverwaltung (GT 24.07.24)

Nach einem GoBeinsatz im Juli wird über wachsende Gewalt und Existenznot in Grone-Süd diskutiert. Die SPD will vereinzelt Angebote wie den Jugendtreff und Vereinssport ausbauen, Grüne und Linke setzen auf mehr Sozialarbeit. FDP und CDU fordern wiederum ein härteres Durchgreifen (GT 26.07.24)

Die Göttinger Werkstätten investieren 3,5 Millionen Euro für eine Erweiterung des Wohnheims am Ehrengard-Schramm-Weg. Es entstehen zehn rollstuhlge-

rechte Zimmer mit Bad, Wohnküchen, Büros und Räume für die Tagesbetreuung. Adressaten sind ältere Bewohner, u.a. mit höherem Pflegebedarf, die nicht mehr in der WfbM arbeiten können, aber auch externe Interessenten. (GT 12.08.24)

Schwieriger Haushalt- die Stadt Göttingen erwartet 2024 nur noch höchstens 80 Millionen Euro Gewerbesteuereinnahmen (Vorjahr 180 Millionen). Nun besteht die Gefahr, dass die Stadt nicht mehr alle Aufgaben wahrnehmen könne, da sie personell bereits am Limit arbeite. Ein Haushaltssicherungskonzept sei in Planung, Kürzungen im Haushaltplan 2025/26 unumgänglich (GT 19.08.24)

Medizintechnikhersteller OttoBock erreicht wohl seine Ziele 2024: 1,6 Milliarden Umsatz, Basisgewinn 325 Millionen Euro. Ein Grund: Exoskelette würden auch in der Wirtschaft in Montage und Zustellung nachgefragt. (GT 22.08.24)

Erster Erfolg mit der Problemimmobilie Hagenweg 20: Nach dem Beschluss der Stadt, die Wohnungen sukzessive aufzukaufen, um der Lage Herr zu werden, gehören ihr mittlerweile schon 152 der 165 Wohnungen (HNA online, 29.08.24)

Weniger junge Menschen mit Behinderung (53 Prozent) als ihre Altersgenossen ohne Behinderung (78 Prozent) sind zufrieden mit ihrem Leben, so eine Studie vom „Inklusionsbarometer“ der Aktion Mensch. Sie erfahren mehr Diskriminierung (85 gegenüber 61 Prozent), fühlen sich doppelt so oft einsam (26 / 13 Prozent) und eingeschränkter bei der Wahl von Schule, Ausbildung oder Studium. 41 Prozent haben Zukunftssorgen (ohne Behinderung 14 Prozent). Befragt wurden über 1400 14- bis 27Jährige mit und ohne Behinderung. (GT 03.09.24)

Nach abfälligen Witzen über Paralympics-Sportler steht „Komiker“ Luke Mockridge in der Kritik. Sat 1 hat eine Show mit ihm gecancelt. (zdf.de 09.09.24)

Viertelfinale knapp verpasst: mit 4:6 in Sätzen schied Para-Bogenschützin und SHK-Vorstandsmitglied Flora Kliem bei den Paralympics (27:20, 22:23, 24:25, 25:24, 18:19) gegen die Slowenin Ziva Lavrinc aus. Durch ihren neunten Rang im Wettbewerb wählten sie die Leser des Göttinger Tageblatts in einer Abstimmung zur „Heldin der Woche“. Kliem dankte dem ASC und verbrachte noch ein paar entspannte Tage in Paris. Sie bedauert, dass die behindertenfeindlichen Witze von Luke Mockridge oft stärker in der Öffentlichkeit thematisiert wurden als die Leistungen der Athleten. Am 12.09. ist Kliem zudem zur „Sport-Stipendiatin des Jahres“ 2024 gekürt worden, eine Ehrung der Deutschen Bank und der Deutschen Sporthilfe (sportschau.de 03.09.; GT 11.09. & dsb.de 13.09.24)

2700 Reparaturen – so die Bilanz des OttoBock-Teams bei den Paralympics. Oft musste kreativ improvisiert werden, wenn fehlende Ersatzteile von Hilfsmitteln die Paralympics-Teilnahme der Athleten gefährdeten. (ExtraTip 14.09.24)