

Freizeit macht das Leben **bunt**

Freizeit ist ein sehr wichtiger Teil unseres Lebens.

In der Freizeit können wir Dinge tun, die uns Freude machen.

Freizeit ist wichtig zum Entspannen und um neue Energie zu bekommen.

Wir können neue Menschen kennenlernen, unsere Talente entdecken und einfach Spaß haben.

Aber auch in der Freizeit gibt es leider einige Hindernisse.

In diesem Newsletter stellen wir verschiedene Freizeit-Themen vor.

Dazu berichten vier Mitarbeiter der ECHT aus ihren Freizeit.

Außerdem lernt ihr Maren aus unserem Team näher kennen.

Maren stellt uns die Musikgruppe JoDa Group vor.

Dann berichtet Trixi über ihr Hobby Tischtennis.

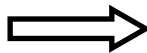
Rebecca erzählt von ihrer Bauchtanz-Gruppe.

Und Marvin zeigt uns, wie das Zugfahren trotz Hindernissen gelingt.

Zur Erinnerung:

Wir versenden die ECHT nicht nur per Mail, sondern die ECHT gibt es auch im Internet.

Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.



Oder ihr kopiert den Link: <https://www.johanneswerk.de/newsletter-echt/>



Wir — die Redaktion der ECHT stellt sich vor

Mein Name ist Maren Langenohl.

Ich arbeite im Bereich Assistenz in eigener Wohnung.

Dort begleite ich Menschen in ihrem Alltag.

Ich unterstütze bei Terminen,

bei der Planung des Tages und bei persönlichen Anliegen.

Mir ist wichtig, dass Menschen selbstständig leben können
und sich gut begleitet fühlen.

Ich bin Teil der inklusiven Musikgruppe JoDa Group.

Musik macht mir große Freude.

Außerdem biete ich alle 14 Tage ein Kreativ-Angebot an.

Dort bemalen wir gemeinsam Miniatur-Figuren.

Es ist schön, mein Hobby mit der Arbeit zu verbinden.

Ich freue mich, Teil der Redaktion ECHT zu sein.

Übrigens: Mit Maren haben sich jetzt alle Mitglieder der ECHT vorgestellt.



ECHT!

Die JoDa Group erzählt – Gemeinsam Musik machen

Die JoDa Group ist unsere inklusive Musikgruppe.
Hier machen Menschen mit und ohne Beeinträchtigung gemeinsam Musik.
Mit dabei sind Mitarbeitende aus dem Wohnverbund Datteln sowie Klientinnen und Klienten aus der Besonderen Wohnform und aus der Assistenz in eigener Wohnung.
Wir treffen uns jeden Dienstag zur Probe.



Wir singen, spielen Instrumente und probieren neue Lieder aus.
Unsere Musik ist bunt gemischt: Schlager, Rock und bekannte Cover-Songs.
Mehrmals im Jahr treten wir bei Festen und Veranstaltungen auf. Diese Auftritte sind für uns etwas Besonderes.
Wir zeigen, was wir gemeinsam erarbeitet haben. Musik verbindet.
In der JoDa Group muss keiner perfekt sein. Wichtig sind hier Freude und Gemeinschaft.

Bauchtanzen – Rebecca erzählt

In den Claudius-Höfen fanden sich im Jahr 2014 ein paar Klienten, die gerne tanzen wollten. Auch ich war dabei.
Jetzt musste nur noch eine Tanzlehrerin gefunden werden.
Silke Stapenhorst fand sich bereit für diese Aufgabe.
So entstand unsere inklusive Bauchtanzgruppe „Die wilden Hühner“.
Zuerst war unsere Tanzgruppe in einer anderen Räumlichkeit.



Ab dem Jahr 2015 wurde unsere Gruppe zu groß, so dass die Gruppe ins Haus der Begegnung umgezogen ist.
Zurzeit haben wir 16 aktive Mitglieder.
„Die wilden Hühner“ tanzen sowohl zu orientalischer als auch zu moderner Musik, wie z.B. die Musik von Fluch der Karibik.
Die Tanzgruppe wird auch für verschiedene Feste gebucht, z.B. zum Sommerfest im Wohnverbund Bochum.
Für unsere Auftritte haben wir auch unterschiedliche Kostüme.
Wir benutzen unterschiedliche Materialien z.B. Trommeln oder Lichterkugeln.
Wir zahlen im Monat einen kleinen Beitrag: damit bezahlen wir die Lehrerin und verschiedene Dinge z.B. Geschenke oder Ausflüge.
Wir tanzen immer dienstags im Haus der Begegnung in Bochum.

Trixi erzählt - mein Hobby Tischtennis

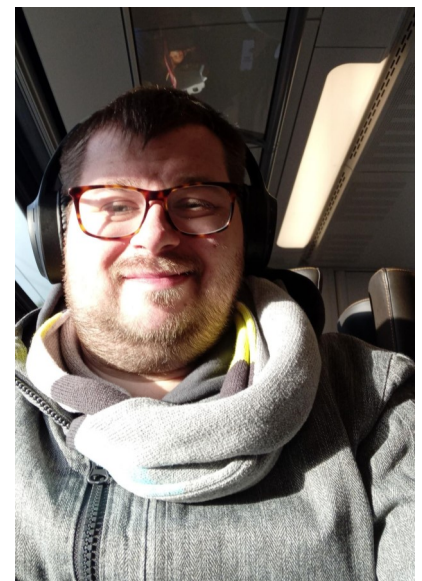
Gemeinsam
für **echte**
Teilhabe

Ich bin Mitglied in einem Tischtennis-Verein.
Ich trainiere drei Mal pro Woche.
Ich habe eine kognitive Beeinträchtigung und eine Hörbeeinträchtigung.
Sport ist für mich ein wichtiger Ausgleich und gibt mir Selbstvertrauen.
Ich habe bereits an den Special Olympics teilgenommen.
Das war ein besonderes Erlebnis für mich.
Außerdem habe ich den kleinen Trainerschein gemacht.
Damit darf ich andere beim Training unterstützen.
Mein nächstes Ziel ist der große Trainerschein.
Dann kann ich noch mehr Verantwortung übernehmen.
Tischtennis bedeutet für mich:
Bewegung, Gemeinschaft und Erfolgserlebnisse.



Mit Unterstützung Zug fahren - Marvin erzählt

Ich fahre gerne mit dem Zug.
Meine Freundin wohnt weit weg.
Deshalb reise ich mit der Deutschen Bahn.
Ich habe Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben.
Das macht Bahnfahren für mich nicht leicht.
Ich brauche Hilfe, um den richtigen Zug zu finden und am richtigen Ort auszusteigen.
Die Deutsche Bahn bietet Unterstützung an.
Dieser Service heißt Mobilitätsservice-Zentrale.
Dort kann man Hilfe für die Reise anmelden.
Mitarbeitende unterstützen beim Einsteigen, Umsteigen und Aussteigen.
Sie sind freundlich und helfen auch wenn ein Zug ausfällt.
Telefon: 030 65212888
Die Hilfe muss vor der Reise angemeldet werden. Das mache ich ganz alleine.
Man ist dann an feste Zeiten gebunden.
Mit der passenden Hilfe kann ich selbstständig reisen und wichtige Menschen besuchen.
Das ist gelebte Teilhabe.
Mein Tipp: Man kann Bahnfahren mit Assistenten oder mit Freunden und Bekannten üben.



Was gibt es noch?

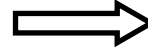


Rebecca hat einen Text geschrieben.

Zum Thema Arbeit und Mitbestimmung.

Dazu hat sie ihrer Arbeitsanleiterin Fr. Steinhoff Fragen gestellt.

Das Interview könnt ihr hier im Internet nachlesen:



Ausblick

In der nächsten Ausgabe der ECHT geht es um **digitale Teilhabe**.

Das Thema wird immer wichtiger.

Denn wir alle sind immer öfter am Handy, Tablett oder Computer.

Es gibt Aktionstage im März und April.

Zu den Aktionstagen gibt es oft Sendungen im Radio oder Fernsehen.

01.03. Tag des Rollstuhls

03.03. Mach-andere-glücklich-Tag

21.03. Welt-Down-Syndrom-Tag

02.04. Welt-Autismus-Tag

29.04. Welt-Tanztag.



Über welche Themen
möchtet ihr mehr
Informationen haben?
Habt ihr Fragen zu
bisherigen Beiträgen oder
Anmerkungen?
Dann meldet euch gerne
per Mail an:

echt@johanneswerk.de

Ev. Johanneswerk gGmbH
ECHT
Schildescher Str. 101
33611 Bielefeld

Redaktion:

Marvin Beer
Rebecca Bonk
Patricia Haugwitz
Beatrix Kessler
Maren Langenohl
Stephanie Leisner
Gerald Lobreyer

Und zum Schluss: Spaß-Ecke

Zur Info:

Ein Tischtennisschläger hat oft zwei verschiedene Seiten.

Eine Seite ist glatt. Die andere Seite hat Noppen.

Jetzt kommt der Witz:

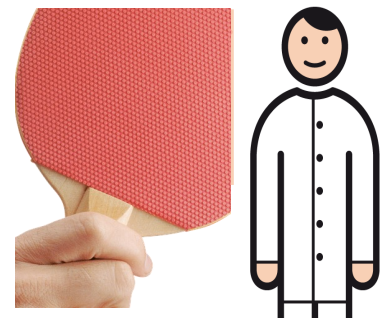
Kommt ein

Tischtennisschläger zum Arzt.

Sagt der Arzt:

Sie haben ja Aus-schlag am Rücken.

Ihr Rücken ist voller Noppen.



Kennt Ihr auch einen Witz?

Dann schreibt ihn uns!

Ihr erreicht uns über unsere E-Mail Adresse: echt@johanneswerk.de

Vielleicht kommt euer Witz in den nächsten Newsletter.