

Aktion / Kurse / Kontakte / Unterhaltung

AKKU

Ausgabe 2/2025

Alles über Geld!

Geld über alles?

Ohne Moos nix los!

Lebenshilfe Minden e.V.



RODENBERG

GESICHTER EINER TÜR



Calani
DESIGN-TÜREN



BEI UNS FINDEN SIE DAS PASSENDE DESIGN
FÜR IHRE ZIMMER- UND HAUSTÜR!

- mit weit über 500 Modellen in allen Preisklassen und Stilrichtungen
- in erstklassiger Qualität und großer Vielfalt in Form und Farbe
- aus Kunststoff, Aluminium, Holz, Stahl und Glas

INFOS UNTER - WWW.RODENBERG.AG

Hallo,

Geld, darüber spricht man nicht. Nach den Recherchen des Redaktionsteams wissen wir warum.

Hier fehlt es für die einfachsten Dinge. Daher müssen wir leider auch Tipps geben, wie man mit wenig Geld etwas besser auskommt. Dort ist es im Übermaß vorhanden und wird immer mehr. Wir haben versucht, die Verhältnisse so zu beschreiben, wie sie sind und nicht zu bewerten.

Spannend war auch die Frage: macht Geld glücklich? Je mehr Geld Menschen haben, desto verkrampfter und angespannter sind sie bei dem Thema Geld. Unser Tipp: Einfach mal (was) locker machen für andere.

Viel Spaß dabei und beim Lesen.

Eure AKKU-Redaktion Inke, Elga,
Anette und Jochen



AKKU-Redaktion



Gold statt Geld

ab S.28



Wenn's ums Geld geht...

ab S.5



Mit- (Geld) – helfen ab

ab S.24



Der Preis für Engagement

ab S.21



Was ist Geld?	Seite 5
Warum sind manche Menschen reich und andere arm?	Seite 5
Wie ist der Reichtum verteilt?	Seite 6
Macht Geld glücklich?	Seite 6
Regiert Geld die Welt?	Seite 6
Zu viel Schulden machen Krank	Seite 8
Was bedeutet Geld für mich?	Seite 9
Sprüche und Zitate rund um's Geld	Seite 10
Der Lohn in der Werkstatt	Seite 12
Was sagen heimische Politiker zum Werkstattlohn	Seite 13
Wie kommt ihr mit eurem Geld klar? ABW Nutzer Antworten	Seite 14
Tipps, um weniger Geld auszugeben	Seite 16
Schöne Ereignisse	Seite 19

Wir über uns



Geld spenden	Seite 20
Der Klaus Weihe Preis 2025	Seite 21
Gutes Wetter – gute Laune	Seite 22
Auf nach Wolfsburg	Seite 23
Dabei sein!	Seite 24
Wie steht es um die Barrierefreiheit in Minden?	Seite 26
Der Weg zum Gold – Special Olympics 2025	Seite 28
Immer mit am Start	Seite 30
Let's Dance – Mehr Party geht nicht	Seite 32
Generationswechsel auf Hof Reimann	Seite 34
Rückblick und Ausblick	Seite 35
Lea-Leseclub	Seite 36

Kurse & Angebote



Veranstaltungen für Mitarbeitende	Seite 37
Veranstaltungen für ABW und Wohntraining	Seite 38
Veranstaltungen für Angehörige	Seite 39
Kurse und Angebote	Seite 40
Gruppen am Montag	Seite 41
Gruppen am Dienstag	Seite 42
Gruppen am Mittwoch	Seite 46
Gruppen am Donnerstag	Seite 49
Gruppen am Freitag	Seite 51
Gruppen am Samstag	Seite 55
Gruppen am Sonntag	Seite 61
Ferienspiele	Seite 64
Urlaub	Seite 66
Reisen ohne Koffer	Seite 67
Der Vorstand	Seite 68
Das Team und seine Aufgaben	Seite 71

Herausgeber

Lebenshilfe Minden e.V. / Alte Sandtrift 4./ 32425 Minden

Auflagen

2.700 Exemplare (erscheint halbjährlich im Sommer und Winter)

Redaktion + Gestaltung

AKKU-Redaktions-Team + Indigo Mediateam, Königswall 5–7, 32423 Minden

Druck

EDEKA Handelsgesellschaft Minden-Hannover mbH, Wittelsbacherallee 61, 32427 Minden

Was ist Geld

Geld ist etwas, das wir benutzen, um Dinge zu kaufen oder Dienstleistungen zu bezahlen. Es kann in Form von Scheinen und Münzen sein, die wir in der Hand halten. Manchmal ist Geld auch auf dem Konto bei der Bank, das wir benutzen, um online oder mit Karte zu bezahlen. Geld hilft uns, Dinge zu bekommen, die wir brauchen oder möchten, wie Essen, Kleidung oder technische Geräte. Es ist eine Art Tauschmittel, das den Austausch von Sachen einfacher macht.

Mit Geld kann man auch: ...vergleichen, wie teuer verschiedene Dinge sind.



...sparen. Erst genug Geld sammeln. Später etwas kaufen, wofür man viel Geld braucht.

...Werte weitergeben. Du kannst Geld oder Dinge an andere Menschen geben. Zum Beispiel als Geschenk oder vererben.

Warum sind manche Menschen reich und andere arm?

Dafür gibt es unterschiedliche Gründe..

Kinder aus finanziell schwachen Familien bleiben als Erwachsene oft arm. In unserem Land gibt es ein Problem mit der sozialen Durchlässigkeit. Das bedeutet:

Es ist schwer für Menschen, aus ärmeren Verhältnissen in bessere Verhältnisse zu kommen. Besonders betroffen sind Kinder, die in armen Haushalten aufwachsen. Ihre Zukunft ist oft schon programmiert.

Der Start ins Leben ist für Kinder von reichen Menschen besser. Sie bekommen bessere Ausbildungen und können sich ausprobieren, da sie mehr Freiheit und Rückhalt durch das Geld ihrer Eltern haben.

Viele reiche Menschen sind reich geboren. Sie haben nichts selbst erarbeitet, sondern

schon viel Geld geerbt und nur ihr Geld vermehrt.

Wir haben in Deutschland zwar keine Könige mehr, aber es macht immer noch einen großen Unterschied, ob man in eine Familie mit viel oder wenig Geld geboren wird. Und der Unterschied zwischen Arm und Reich wird immer größer.

Dann gibt es noch die Menschen, die sich das Geld hart erarbeitet haben, die berühmte Geschichte vom „Tellerwäscher zum Millionär“.

Und die wenigen Glückritter, die im Lotto gewonnen haben.



Wie ist der Reichtum verteilt?

Ein Beispiel:

Stell dir vor: 100 Menschen sind in einer großen Wohnung mit 100 m². Alle sollen genug Platz haben. Wir machen es so: wir räumen alle Möbel raus und stellen in jedem Zimmer Stühle auf. Dann können alle gut sitzen.

Wenn wir die Wohnung aber so verteilen wie der Reichtum in Deutschland verteilt ist sieht das anders aus. Das Geld in Deutschland ist so verteilt.

Der reichste Mensch hat ein großes Zimmer (Schlafzimmer) für sich alleine. 9 andere ganz reiche Menschen bewohnen noch das Wohnzimmer und die Küche. 40 Menschen drängen sich nun im anderen Schlafzimmern und im Bad. Für die restliche 50 Menschen bleibt noch das Gäste Klo übrig.

Kurz gesagt: die meisten Menschen haben fast nichts. Ganz wenige Menschen haben fast alles. In Deutschland ist es im Vergleich zu Europa besonders ungerecht.



Macht Geld glücklich?

Macht Geld glücklich?

Geld ist wichtig, wenn du wenig hast.

Wenn du wenig Geld hast:

- kann Geld dir helfen, weniger Angst zu haben.
- kann Geld dir helfen, weniger Stress zu haben.
- löst Geld viele Probleme im Alltag.

Deshalb macht Geld dich glücklich, wenn du vorher wenig davon hast.

Geld macht nur bis zu einem bestimmten Punkt glücklicher.

Es gibt eine Grenze, bei der Geld dich glücklicher macht. Wenn du mehr Geld als diese Grenze verdienst:

- wirst du nicht viel glücklicher.
- die Freude über mehr Geld geht schnell weg.

Geld hat mit Vergleichen zu tun.

Wir vergleichen uns oft mit anderen Menschen:

- mit Kollegen.
- mit Freunden.
- mit Nachbarn.

Wenn wir im Vergleich gut dastehen, fühlen wir uns gut. Auch wenn wir wenig Geld haben. Wenn wir schlechter dastehen, fühlen wir uns schlecht und sind neidisch. Auch wenn wir genug Geld haben.

Wenn du mehr Geld hast, hast du höhere Ansprüche.

Wenn du an mehr Geld gewöhnt bist:

- möchtest du immer mehr.
- ist es schwerer, glücklich mit kleinen Dingen zu sein.
- hast du Angst, es zu verlieren.

Geld ist nicht immer der beste Weg, glücklich zu werden.



Regiert Geld die Welt?

Die Zahl der Superreichen wächst. In Deutschland gibt es gerade rund 171 Milliardäre. Mit einem Vermögen von insgesamt über 1 Billion (1.000.000.000.000) Euro. Bei der Amtseinführung von Donald Trump saßen zahlreiche Milliardäre in der ersten Reihe. Reiche Menschen haben durch ihr Vermögen Macht und Einfluss. Das kann gut und schlecht sein.

Hier ein kleines Beispiel dafür aus Deutschland:

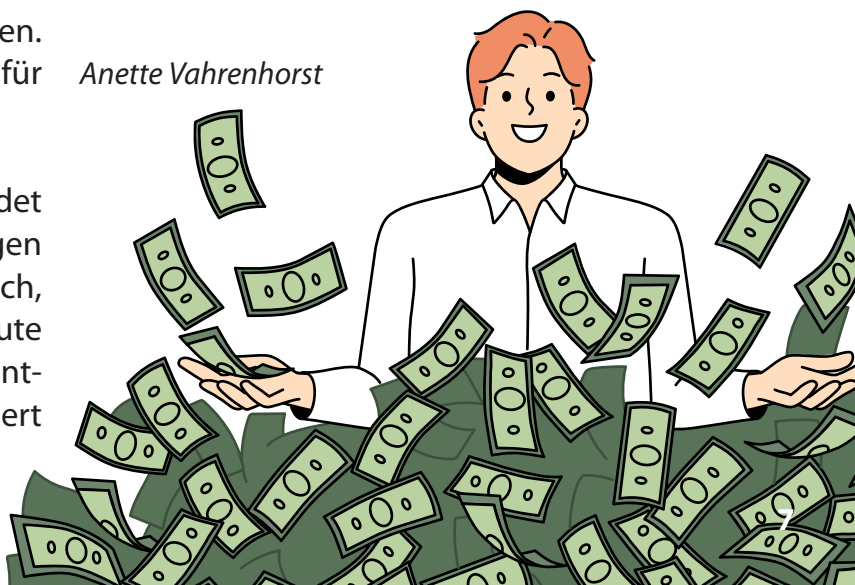
Ein Hamburger Millionär spendet großzügig für Projekte in seiner Heimatstadt Hamburg. Er zahlt aber keine Steuern, da er seinen Firmensitz ins Ausland verlegt hat. Er ist der Meinung, der Staat könne nicht richtig wirtschaften. Er findet es besser, sein Geld selber zu verteilen. Er entscheidet alleine mit seinem Geld, was für andere gemacht wird.

Ähnlich sind Stiftungen, die oft gegründet werden, um Steuern zu sparen und Vermögen zu bewahren. Sie tun auch Gutes für Mensch, Natur oder Kultur. 1999 waren es 8.000 heute sind es über 24.000 Stiftungen. Auch hier entscheiden wenige Menschen, was gefördert wird und was nicht.

Das ist nicht demokratisch. Was bedeutet es für eine Stadt, wenn sie sich davon abhängig macht, das Einzelpersonen Geld für eine gute Sache geben? Wenn einzelne Personen durch ihr Vermögen eine Stadt verändern können? Und rücken nicht die Interessen anderer Menschen, die weniger Einfluss haben, in den Hintergrund?

Mein Fazit: Ja, Geld regiert (leider) die Welt. Das hat positive und negative Auswirkungen. Im Hinblick auf die Demokratie wird durch Gesetze und Regeln versucht, deutlich zu machen, wer mit welchem Geld was bestimmt. Es müsste aber noch besser gelingen dafür zu sorgen, dass nicht noch mehr Ungleichheiten entstehen.

Anette Vahrenhorst



Zu viel Schulden machen krank

Interview mit Matthias Nolte

Herr Nolte, seit wann sind Sie in der Schuldnerberatung im Sozialdienst katholischer Frauen e.V. in Minden tätig?

Seit dem 01.04.1999

Wie viele Menschen erfahren im Jahr ungefähr durch Ihren Verein eine Schuldnerberatung?

Die Anzahl der Personen / Haushalte, für die wir eine Leistung erbracht haben, liegt momentan bei ungefähr 500 jährlich.

Was sind Ihre Eindrücke bei dem Umgang mit Menschen, die in Schulden geraten sind?

Viele stehen wahnsinnig unter Druck und haben bereits gesundheitliche oder schwere soziale Probleme aufgrund der Schulden.

Was sind die Hauptgründe dafür, dass Menschen Schulden haben, die sie selbst nicht mehr allein in den Griff bekommen?

Sehr häufig steht Verschuldung im Zusammenhang mit Einkommensverlust. Hier ist einer der Hauptgründe die Arbeitslosigkeit. Auch Krankheit oder Trennung spielen eine große Rolle.

Ist man eigentlich immer selbst schuld, wenn man Schulden macht und diese nicht mehr abzahlen kann?

Schulden machen ist für die meisten Menschen alltäglich. Fast jeder hat schon einmal



Geld geliehen oder etwas auf Raten gekauft. Solange die Lebensbezüge stabil sind, ist es kein Problem, das Geld auch wie geplant zurückzuzahlen. Schwierigkeiten gibt es meistens, wenn etwas Unvorhergesehenes passiert.

Was macht aus ihrer Sicht Geldnot mit der Psyche von Menschen?

Überschuldete Menschen sind von Dingen des Lebens ausgegrenzt. Da Schulden ein Tabuthema sind, wird auch nicht viel davon gesprochen. Isolation belastet Menschen psychisch ganz erheblich. Viele fühlen sich auch regelrecht verfolgt von Geldproblemen und haben Angst und Stress.

„Einmal Schulden, immer Schulden“ Stimmt das?

Man kann durchaus verantwortlich mit Geld umgehen und trotzdem Schulden haben. In den meisten Fällen sind Schulden irgendwann zurückgezahlt.

Was bedeutet Ihnen persönlich Geld?

Da ich weiß, welche Sorgen Geldknappheit auslösen kann, versuche ich so zu wirtschaften, dass in meinem persönlichen Budget monatlich ein kleiner Sparbetrag entsteht. Das entspannt mich. Ich weiß aber auch, dass das bloße Anhäufen von Geld nicht glücklich macht.

Das Interview führte Inke Peiffer

Was bedeutet Geld für mich?

Inke: Für mich bedeutet Geld in erster Linie Sicherheit. Zu wissen, dass ich meinen Kindern Wünsche erfüllen kann. Es geht nicht darum, alle Wünsche zu erfüllen. Aber den einen oder anderen Wunsch. Mich macht es glücklich, wenn ich mit Geld helfen kann. Und ich weiß definitiv, dass schenken so viel schöner als, als beschenkt zu werden. Ob Geld glücklich macht? Ich glaube nicht. Aber Geld bedeutet in vielerlei Hinsicht Sorgenfreiheit.

Jochen: Geld hatte ich immer genug. Im Studium habe ich 3 Monate auf eine neue Bratpfanne gespart und Möbel von der Straße genommen. Das war kein Problem. Gerne leihe ich mir Dinge aus (Bücher, Werkzeuge oder Wohnmobil), die ich brauche. Ich muss sie nicht besitzen. Unabhängigkeit ist mir wichtiger als Besitz. Daher war es für mich eine schwere Entscheidung ein Haus zu kaufen. Ich habe es aber noch nicht bereut.

Elga: Ich brauche Geld um zu leben (z.B. für Miete Lebensmittel Kleidung). Für mein Geld arbeite ich in der Werkstatt für wenig Lohn und dieser wird durch die Grundsicherung aufgestockt.

Der Pflegedienst bekommt für seine Arbeit Geld.

Ich möchte von dem Geld auch leben, d.h. Theater, Kino Essen gehen.

Ich möchte einen Urlaub in Südtirol verbringen dieser kostet Geld.

Ich darf dem „armen“ deutschen Steuerzahler ja nicht auf der Tasche liegen.

Anette: Ich bin dankbar dafür, dass ich mir in meinem Leben noch nie viel Gedanken ums Geld machen musste. Vielleicht bedeutet es mir auch deswegen nicht viel. Es war immer genug da, um gut über die Runden zu kommen. Dazu kommt, dass mir früh bewusst wurde, dass man sich die wirklich wichtigen Dinge im Leben, wie z.B. Liebe oder Gesundheit, nicht mit Geld kaufen kann. Es macht mich oft wütend, dass manche Menschen so unverhältnismäßig viel davon haben. Und ich frage mich, ob unsere Welt nicht eine Bessere wäre, wenn jeder nur so viel davon hätte, um sorgenfrei leben zu können.

Sprüche und Zitate rund um's Geld

„Die besten Dinge im Leben
sind nicht die, die man für
Geld bekommt.“ *Albert Einstein*

„Es gibt Leute; die zahlen für Geld
jeden Preis.“ *Arthur Schopenhauer*

Geld ist nicht alles.

Taler, Taler Du musst
wandern von der einen
Hand zu anderen (*Volkslied*)



Der hat einen Igel in der Tasche.

Der hat heute die
Spendierhosen an.

Ich bin kein
Dukatenscheißer.

„Geld hat noch keinen
reich gemacht.“ *Seneca*



Ohne Moss nix los.

Über Geld spricht
man nicht, das hat man.

Wer soll das bezahlen,
wer hat das bestellt?



Da muss eine alte Frau
lange für stricken.

Ich bin knapp bei Kasse.

Bei Geld hört die Freundschaft auf.

Der Teufel scheißt immer auf den größten Haufen.



Bar auf die Kralle.

Geld regiert die Welt.



Der hat Geld wie Heu

Arm ist nicht, wer wenig hat, sondern wer viel braucht.

Kleinvieh macht auch Mist.

Ohne Knete keine Fete.

„Geld ist wie Dünger. Man muss es verteilen, sonst stinkt es.“ – J. Paul Getty

Von nichts kommt nichts

Ich bin nicht das Sozialamt.



Bin ich Rockefeller?

Der verdient sich eine goldene Nase.

Das Geld liegt nicht auf der Straße.



Zeit ist Geld.

Bin ich Krösus?

Der hat die Dollarzeichen in den Augen.

Der Lohn in der Werkstatt

Für Beschäftigte in der Werkstatt gibt es Lohn oder das so genannte Entgelt. Es gibt es in jeder Werkstatt ein Punktesystem, in das die Beschäftigten nach ihren Fähigkeiten eingestuft werden. Das Punktesystem legt jede Werkstatt für sich fest. Den Werkstattlohn bekommt man im Arbeitsbereich und der LWL muss der Kostenträger sein.

Wenn Schüler in der Werkstatt anfangen zu arbeiten kommen sie in den Berufsbildungsbereich (BBB-Bereich). Der Schüler ist zwar schon in einer Arbeitsgruppe, muss aber an den BBB-Kursen teilnehmen und hat einen anderen Kostenträger zum z.B. Arbeitsamt, d.h. in dieser Zeit bekommt man keinen Werkstattlohn, sondern eine kleine Ausbildungsvergütung. Nach dem Wechsel in den Arbeitsbereich ist der LWL der Kostenträger und man bekommt den Werkstattlohn.

Wie hoch der Lohn ist, hängt von der Anforderung am Arbeitsplatz den Fähigkeiten des Beschäftigten und der Einstufung ab. Die Einstufung übernehmen der Gruppenleiter der jeweiligen Arbeitsgruppe und ein Mitarbeiter vom Sozialdienst. Wenn die Anforderung am Arbeitsplatz sehr hoch ist, z.B. wenn jemand Hubwagen oder Gabelstapler fährt, bekommt man mehr Lohn. Beim Hubwagen bekommt man eine Einweisung. Für den Gabelstapler legt man eine Prüfung ab und bekommt einen Abschlussschein.

Bei mir in der Zentrale sind die Arbeitsanforderung sehr hoch. Ich muss lesen und schreiben können, am PC Telefonnummer im Kopf behalten, mit Besuchern freundlich umgehen. Aus diesem Grund ist mein Lohn auch höher. Er beträgt 223,00 €. Der Lohn von 223,00 € reicht zum Leben nicht aus. Aus diesem Grund stellen viele Beschäftigte einen Antrag auf Grundsicherung, damit



die Miete, Heizkosten und Nebenkosten für eine eigene Wohnung übernommen werden. Vielleicht noch Kosten für Essen auf Rädern. Die Werkstatt zahlt eine hohe Rente und die Sozialversicherungsbeiträge. Die Beschäftigten zahlen kleine Anteile für Lohnsteuer und Pflegeversicherung.

Nach 20 Jahren in der Werkstatt habe ich Anspruch auf Erwerbsminderungsrente und könnte in Rente gehen. Ich arbeite aber noch weiter, da alles, was ich während Arbeitszeit bekomme auf die Erwerbsminderungsrente angerechnet wird. Der Betrag kann auch durch die Grundsicherung erhöht werden. Für einen höheren Lohn in der Werkstatt haben schon die Werkstatträte aus Deutschland am Reichstag in Berlin demonstriert. „Gute Arbeit = Gutes Entgelt“ „Beschäftigte wollen nicht beim Sozialamt betteln“. Das finde ich super, denn mit dem Lohn kann man keine großen Sprünge machen. Leben möchte man auch noch.

Es gibt auch Außenarbeitsplätze, d.h. Beschäftigte arbeiten außerhalb der Werkstatt z.B. im E-Center in Altenheimen und Kitas. Bei der Suche nach einem solchen Arbeitsplatz unterstützen auch Mitarbeiter im Sozialdienst. Die Leute, die „außen“ arbeiten, bekommen auch den Werkstattlohn.

Elga Rodenberg



Was sagen heimische Politiker zum Werkstattlohn

Aussagen bei dem Kandidatengespräch zur Bundestagswahl 2025 beim Paritätischen in Minden am 4.2.2025.

SPD: Fabian Golanowski

Werkstätten sind wichtig, weil Menschen dort gerne arbeiten. Das Geld aber, was da jetzt verdient wird ist einfach zu wenig. Von heute auf morgen können wir nicht einen vollen Lohn zahlen, da wüssten die Werkstätten auch nicht, wie sie das machen sollen. Aber wir müssen da mehr auf den Weg kommen. Wir müssen das ernsthaft wollen und uns mit einem gerechten Lohn auch in der Werkstatt beschäftigen.

CDU: Dr. Oliver Vogt

Wir sollten keine Versprechen machen, die wir nicht einhalten können. Wir müssen erstmal Wirtschaftswachstum erzeugen, damit wir die Systeme überhaupt bezahlen können. Daher brauchen wir hier keinen Überbietungswettbewerb. Wir brauchen eher maßvolle Anpassungen, die sich an wirtschaftlichen Rahmenbedingungen orientieren.

Die Grünen: Shahina Gambir

Arbeit ist bei Geflüchteten und genauso bei Menschen mit Handicap ein wichtiger Integrationsmotor. Viele definieren sich über Arbeit. Werkstätten müssen weiterentwickelt werden, auch im Hinblick auf den Mindestlohn. Wir müssen auch schauen, woher nehmen wir das Geld, was wir für unsere Gesellschaft brauchen. Ich spreche da auch von Milliardär Steuer. Wir müssen das Geld für die Dinge ausgeben, die für eine gute Gesellschaft wichtig sind. Hilfebedürftig kann jeder von uns werden.

FDP: Frank Schäffler

Die Eingliederungshilfe ist schon der höchste Einzelposten beim Landschaftsverband. Da ist ein Mindestlohn von 15 € nicht finanzierbar, da sollte man keinen Sand in die Augen streuen. Wichtiger ist, dass es überhaupt Arbeit gibt.

Die Linke: Inge Höger

Menschen, die mit Handicap in einer Werkstatt oder in einem Integrationsunternehmen arbeiten, die leisten doch was. Dafür steht ihnen der gesetzliche Mindestlohn zu. Nur Deutschland setzt das einfach nicht um. Das ist finanzierbar. Es gibt genug Reichtum in dieser Gesellschaft.

Wie kommt ihr mit eurem Geld klar? ABW Nutzer antworten

1. Wie kommst du mit deinem Geld klar?

Karin Röbbke: Im Moment nicht so gut, ich bin immer knapp.

Beate Lennon: Gut. Ich bin sparsam. Manchmal schlage ich aber schon über die Stränge. letzstens hab ich mir Haarschmuck gekauft und dann musste mein Partner mir mit Geld aushelfen.

Wir bekommen unser Geld einmal in der Woche vom Betreuungsbüro auf unser Haushaltskonto. Mein Partner passt auf das Haushaltsgeld jetzt auf, wenn ich das hätte wäre es zu schnell weg. Ich gebe nur noch mein Taschengeld aus. Manchmal kaufen wir auch für zu Hause weniger ein und gehen von dem Geld dann lieber mal zum Italiener.

Norbert Reese: Im Sommer hätte ich gerne mehr Geld, damit ich mir noch mehr verschiedene Getränke kaufen kann. *Zur Info, Norbert trinkt gerne Fassbrause abends auf der Terrasse mit seinen Nachbarn.*

Die MieterInnen der 5er WG:

„Ich gehe gut mit Geld um und kann das jetzt alleine. Mama und die Betreuer passen auf, dass alles stimmt. Ich habe zwei Portemonnaies. Das kleine nehme ich zum Einkaufen und

das Geld im großen Portemonnaie kann ich für Ausflüge und Freizeit ausgeben.

„Ganz gut, geht so. Ich brauche immer Hilfe dabei. Ein Betreuer fährt mit mir zur Bank und holt Geld mit mir ab.

2. Was wäre anders in deinem Leben, wenn du dir über Geld keine großen Gedanken machen müsstest?

Karin Röbbke: Schöner! Problemfreier. Ich könnte mir alles leisten, was ich brauche oder was ich möchte. Friseur, Fußpflege, so oft ich möchte. Klamotten und Schuhe.

Beate Lennon: Puh... Hm.... Das wäre cool, wenn ich darüber nicht nachdenken müsste, weil manchmal ist es anders als man denkt, manchmal ist es sehr kompliziert und dann hat man Probleme und es wird schwierig. Wenn ich Millionärin wäre, dann wäre das Leben aber auch kompliziert für mich, weil ich könnte mir plötzlich alles leisten, das wäre auch nicht so schön. Das wäre ungewohnt, ich wäre dann ganz durcheinander.

Einmal als eine Bekannte bei uns zu Besuch war da, hatten wir nicht mal mehr genug Geld zum Essen die hat sich bei uns durchgefuttern

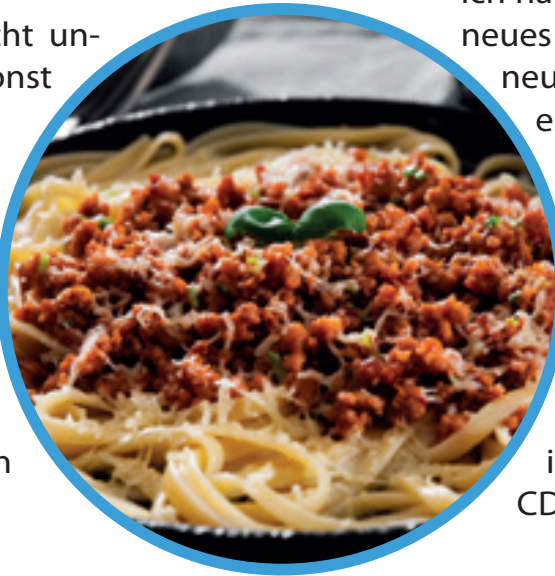


und am Ende saßen wir da und hatten überhaupt gar kein Geld mehr. Da haben wir die auch rausgeschmissen.

Zum Essen reicht unser Geld aber sonst immer.

Norbert Reese:

Nicht viel, weil ich zufrieden bin. Aber ich würde gerne Urlaub mit meiner Freundin machen.



Norbert Reese:

Neue Möbel für meine Wohnung. Ich hätte gerne ein neues Bett und ein neues Sofa, damit es bei mir schöner aussieht, wenn ich mal Besuch bekomme. Dann würde ich mir noch einen Trockner kaufen. Und dann würde ich noch mehr in den Urlaub fahren.



Die MieterInnen der 5'er WG: Wenn ich 100 Euro hätte, würde ich dafür CDs kaufen.

3. Welchen großen Wunsch würdest du dir erfüllen, wenn du einmal nicht auf das Geld achten müsstest?

Karin Röbbke: Eine wirklich barrierefreie Wohnung, wo ich jederzeit ein-und ausgehen kann.

Beate Lennon: Wir haben schon gespart und uns einen neuen Schrank gekauft. Aber ich hätte gerne noch mehr schöne Möbel auch im Wohnzimmer, das wäre toll. Zwei neue Sofas, ein Dreier und ein Zweiersitzer möchte ich gerne haben, und vielleicht auch zwei etwas höhere Tische dazu. Mein Lebenspartner wünscht sich neue Schränke im Wohnzimmer. Im Schlafzimmer brauchen wir eigentlich auch ein neues Bett schön weich und kuschelig aber auch stabil.



Ich würde Fußballstar werden. Viele Fußballtrikots und T-Shirts kaufen.

Ich hätte gerne einen Hund und würde Urlaub in Dänemark machen und dort den Sonnenuntergang beobachten.

Ich glaube, ich hätte auch gerne einen Hund.



Wir sorgen für Erinnerungen!

- für Aktivreisende
- für Erholungssuchende
- für Kulturfans
- für Menschen mit Handicap: wir beseitigen alle Barrieren und bieten Menschen mit körperlichen oder geistigen Herausforderungen unbeschwerte, selbstbestimmte Reisen - mit genau dem Grad an Betreuung, der für eine sichere Reise nötig ist.

Wir beraten
wo Sie
es wollen!
Jetzt Termin
vereinbaren!



Reisen & Erleben
32423 Minden

Telefon: 0571-398 89 40

Hotline: 0177-398 89 40

info@reisenunderleben.info

www.reisenunderleben.info

Tipps, um weniger Geld auszugeben

Du möchtest sparsam leben. Du möchtest jeden Monat etwas Geld sparen. Das ist gut. Hier bekommst du Tipps, wie du weniger Geld ausgibst.

Es gibt viele Gründe, warum es gut ist, weniger Geld auszugeben.

Zum Beispiel: Dein Konto ist am Ende des Monats oft leer. Oder du möchtest für einen besonderen Wunsch Geld sparen. Mit diesen Tipps kannst du Geld sparen.



1. Plane dein Budget (Budget: das Geld, das du in einem Monat zum Ausgeben hast)

Du sollst wissen, wofür du dein Geld ausgibst. Das ist sehr wichtig, wenn du sparen möchtest. Dadurch behältst du den Überblick über dein Geld. Benutze eine einfache Liste als Haushaltsbuch.

Schreibe in diese Liste, was du jeden Monat verdienst. Und schreibe, was du ausgibst. Dann siehst du, wofür du zu viel Geld ausgibst. Und du erkennst, wo du sparen kannst.

2. Vermeide unüberlegte Käufe mit einer Einkaufsliste

Wenn wir im Supermarkt sind, sehen wir viele bunte Sachen. Dann kaufen wir manchmal mehr, als wir eigentlich brauchen. Zum Beispiel Schokolade oder Gummibärchen. Schreibe vor dem Einkauf eine Liste. Überlege: Was brauche ich wirklich? Schreibe nur diese Dinge auf die Liste. Dann kaufe auch nur die Sachen, die auf der Liste stehen. So sparst du Geld. Du kaufst nur das, was du wirklich brauchst.

3. Schau dir den Preis an und vergleiche die Angebote:

Du willst die neue Playstation kaufen. Das klingt aufregend! Aber bevor du sie kaufst, solltest du die Preise von verschiedenen Läden vergleichen. Das geht gut im Internet auf Preis-Vergleich-Seiten wie z.B. Idealo.de oder Check24 Versuche, nicht zu viele Sachen zu kaufen. Kaufe nur, was du wirklich brauchst. Das ist besser für die Umwelt.

4. Lerne, Nein zu sagen.

Fahren wir spontan in den Urlaub? Oder gehen wir in die Disco? Diese Dinge machen viel Spaß. Aber sie kosten auch viel Geld. Wenn wir sparen wollen, sollten wir das nicht zu oft machen. Es gibt auch andere Dinge, die Spaß machen und nicht viel kosten. Manchmal ist es wichtig, Nein zu sagen. Dein Geldbeutel wird am Ende des Monats mehr Geld haben. Ein Tipp: Sage auch Nein zu Alkohol und Zigaretten. Das spart auch Geld.

5. Bücher und Filme ausleihen statt kaufen

Bücher und Filme sind sehr wichtig. Sie bringen uns Wissen und Spaß. Aber Bücher und Filme kosten auch Geld. Du musst nicht alle Bücher und Filme neu kaufen. Du kannst Bücher und Filme auch ausleihen. In der Bibliothek kannst du Bücher und Filme ausleihen. Das ist meistens günstig. Für die Bibliothek zahlst du jedes Jahr ein bisschen Geld. Dann kannst du viele Bücher und Filme ausleihen. Du kannst auch gebrauchte Bücher und Filme kaufen. Das ist billiger als neu zu kaufen.

6. Spare Strom

Sparen von Strom ist eine einfache Methode. So kannst du Geld sparen. Zum Beispiel: Schalte das Licht aus, wenn du einen Raum verlässt. Das hilft, weniger Strom zu verbrauchen. Kaufe Geräte, die nicht viel Strom brauchen. Oder ziehe warme Kleidung an. Dann kannst du die Heizung etwas niedriger einstellen. Das spart auch Strom. Achte auf Geräte, die Strom verbrauchen, auch wenn du sie nicht benutzt. Zum Beispiel Geräte im Standby-Modus. Der Standby-Modus verbraucht Strom. Und das kostet Geld.

Hier sind Beispiele, wie viel Strom einige Geräte verbrauchen:

- Ein LCD Fernseher verbraucht ungefähr 103 kWh im Jahr. Das kostet etwa 30 Euro.
- Ein Computer verbraucht ungefähr 73 kWh im Jahr. Das kostet etwa 21 Euro.
- Ein Kaffeevollautomat verbraucht ungefähr 22 kWh im Jahr. Das kostet etwa 7 Euro.
- Eine Stereoanlage verbraucht ungefähr 120 kWh im Jahr. Das kostet etwa 36 Euro.
- Eine Waschmaschine verbraucht ungefähr 22 kWh im Jahr. Das kostet etwa 7 Euro.

Versuche, weniger Strom zu verbrauchen. So sparst du Geld.

7. Verkaufe alte Dinge. Kaufe gebrauchte Sachen.

Vielleicht hast du Dinge zu Hause, die du nicht mehr brauchst.

Zum Beispiel:

- Lampen
- Geschirr
- einen alten Schreibtisch
- Spielzeug

Diese Dinge liegen vielleicht auf dem Dachboden. Oder in einem Regal. Und sie werden nicht benutzt. Du kannst diese Dinge verkaufen. Dann bekommst du Geld dafür. Im Internet gibt es Seiten, wo du Dinge verkaufen kannst. Du kannst auch zum Flohmarkt gehen. Das ist ein Markt, wo Leute gebrauchte Dinge verkaufen und kaufen. Du kannst auch selbst gebrauchte Dinge kaufen. Das ist oft günstiger als neue Dinge zu kaufen. Gebrauchte Dinge zu kaufen, ist eine gute Möglichkeit, Geld zu sparen.

8. Bastele deine Geschenke selbst.

Der nächste Geburtstag kommt bald. Du brauchst noch ein Geschenk? Mit einem selbstgemachten Geschenk zeigst du: Du hast Zeit und Mühe investiert. Das finden die meisten Menschen gut.

9. Koche dein Essen öfter selbst und nutze weniger Fertiggerichte.

Es gibt viele Lieferdienste für Essen. Diese können teuer sein. Sie haben oft einen Mindestbestellwert und Liefergebühren. Vermeide teure Bestellungen, wenn du Geld sparen möchtest. Fertigmahlzeiten sind oft teuer und unnötig. Du kannst trotzdem leckere Gerichte essen. Koche selbst! Das ist oft billiger und gesünder. Du weißt genau, was in deinem Essen ist. Kaufe am besten Lebensmittel, die aus Pflanzen gemacht

sind. Kaufe Lebensmittel, die aus deiner Region kommen.

Kaufe Lebensmittel, die gerade Saison haben. Nudeln, Bohnen und Linsen sind oft günstig. Regionale Produkte müssen nicht weit transportiert werden. Das macht sie billiger. Saisonale Produkte müssen nicht in teuren Gewächshäusern gezüchtet werden. Das spart Geld.

10. Keine Lebensmittel verschwenden.



Wenn du Geld sparen willst: Höre auf, Lebensmittel zu verschwenden. Wirf keine Lebensmittel weg, die du gerade gekauft hast. Plane deine Mahlzeiten jede Woche. Überlege dir am Samstag, was du in der Woche kochen möchtest.

Kaufe dann alles, was du brauchst, einmal in der Woche ein. In vielen Supermärkten gibt es Boxen. In diesen Boxen sind Lebensmittel, die bald ablaufen. Diese Lebensmittel sind oft billiger. Trinke Leitungswasser. Es ist billig und gut für die Gesundheit. Softdrinks sind teuer. Diese Getränke haben viel

Zucker. Nimm eine Trinkflasche aus Metall mit. So kannst du auch unterwegs Leitungswasser trinken. Du sparst Geld. Und es ist besser für deine Gesundheit.

11. Spare dein Münz-Geld in einer Spardose

Wenn du regelmäßig Münzen in die Spardose wirfst, kannst du einfach und gut Geld sparen.

Manchmal bezahlen wir Geld für Dinge, die wir gar nicht brauchen. Zum Beispiel für Zeitschriften oder Filme im Internet. Das nennt man Abonnements. Überlege genau, ob du die Abonnements wirklich brauchst. Oft kann man hier Geld sparen. Prüfe regelmäßig deine Abonnements. Und kündige die, die du nicht mehr brauchst.

Und zum Schluss immer dran denken:

Sparsam leben ist gut für die Geldbörse und gut für die Umwelt.

Sparsam zu leben ist eine gute Sache. Es geht nicht nur ums Geld. Es zeigt auch, dass du clever bist und gute Entscheidungen triffst.

Wenn du sorgsam mit deinem Geld umgehst und gut überlegst, bevor du etwas kaufst, hilft das nicht nur dir und deinem Geldbeutel. Du hilfst auch der Umwelt. So kannst du die Natur schützen. Das nennt man nachhaltig Leben.

Schöne Ereignisse 2025

Ein Rückblick auf das 1. Halbjahr

- ☺ Elvis wäre 90 Jahre alt geworden. Aber wer weiß, vielleicht lebt er ja noch ;). Rod Stewart wird 80, der blaue Elefant aus der Sendung mit der Maus wird 50, Pippi Langstrumpf 80 und Nina Hagen 70.
- ☺ Vor 75 Jahren wurde der Deutsche Fußballbund neu gegründet. 5 Jahre nach Kriegsende durfte das erste Spiel gegen die Schweiz stattfinden.
- ☺ Der diesjährige Klaus Weihe Preis der Lebenshilfe geht an Die Fittinge e.V. Minden.
- ☺ Wer ist Deutscher Fußballmeister der Männer? Zum 34. Mal der FC Bayern München. Die Frauenmannschaft von FC Bayern München wurde ebenfalls Deutscher Meister.
- ☺ Der HSV spielt in der nächsten Saison wieder in der ersten Bundesliga.
- ☺ Die glücklichsten Menschen der Welt leben in Finnland. Deutschland belegt laut Glücksatlas Platz 22 von über 150 Ländern. Die glücklichsten Deutschen leben in Kassel.
- ☺ Die Hauptstadt der Störche in NRW ist Petershagen.
- ☺ Der neue Papst heißt Leo der 14. und kommt aus den USA.
- ☺ Nummer 1 in den deutschen Musikcharts im ersten Halbjahr ist „Wackelkontakt“ von Oimara.
- ☺ Kinohit Nummer 1 ist „Jurassic World – Die Wiedergeburt“
- ☺ Das „Kulturstudio“ der Lebenshilfe ist ein voller Erfolg. U.a. ist die Band „New Planet“ neu entstanden und hatte beim Gartenfest den ersten Auftritt.
- ☺ Es gibt immer weniger Alkoholvergiftungen in Deutschland und immer weniger Menschen weltweit rauchen noch.
- ☺ Deutschland hat eine neue Regierung.
- ☺ Der Mindestlohn steigt wieder ein bisschen.
- ☺ Lilly Becker (eine Ex Frau von Boris Becker) wird neue Dschungelkönigin und Diego Pooth (Sohn von Verona) gewinnt Let's Dance. Den Eurovision Song Contest gewinnt Österreich und Deutschland wird wieder nicht Letzter, sondern landet auf dem 15. Platz.
- ☺ Zwei Teddybären aus Minden bereisen die Welt. Ihre Abenteuer kann man bei Instagram verfolgen. Die Lebenshilfe Minden hat da jetzt auch schon 1.240 Follower.

Hallo du,
ich suche Dich!

Mein Name ist Carsten und ich bin 55 Jahre alt. Ich liebe Musik, fahre gerne Fahrrad und bin gerne unterwegs. Wenn du gleiche Hobbies hast und ein offener und lustiger Mensch, bist dann melde dich bei mir. Am besten über die Zentrale der Lebenshilfe 0571-9740500.

Ich freue mich auf Dich!

Carsten

**Kontakt-
anzeige**



Geld spenden

Die Lebenshilfe leistet soziale Dienste für die „Schwächeren“ in der Gesellschaft. Der Staat gibt Geld dafür. Das muss so berechnet sein, dass es gerade so für die Hilfen reicht. Wozu dann noch Spenden?

Für das Nötigste bezahlt der Staat. Die Lebenshilfe sagt: Leben mit Handicap soll mehr als Überleben sein. Es soll „Leben so gleichberechtigt wie möglich“ sein.

Also macht der Verein Lebenshilfe zusätzliche Angebote: ein Kulturstudio, gute Wohnungen bauen, Wohntraining, Wettkämpfe im Sport organisieren, Leichte Sprache einführen, Angehörige beraten, und vieles mehr. Oft gibt es zum Start hierfür Geld von „Aktion Mensch“. Einen Teil muss man als

Verein aber immer selber bezahlen. Dafür brauchen wir Spenden und auch Mitgliedsbeiträge. Bei guten Projekten können wir von 1,- € Spendengeld für 10,- € besondere Dinge tun. Manche Dinge, zum Beispiel der FED sind aus solchen Spenden entstanden. Dann hat der Staat eingesehen, dass Freizeit zum Leben gehört und selber das Geld dafür bezahlt.

Also: Spenden und Mitgliedsbeiträge machen die Arbeit der Lebenshilfe erst richtig gut.

Übrigens: Mitgliedsbeiträge helfen besonders, weil wir dann jedes Jahr Geld bekommen. Wenn wir viele Mitglieder haben, werden wir auch von der Politik mehr ernst genommen.



Beitrittserklärung

Name:

Vorname:

Straße:

Wohnort:

E-Mail:

Ich möchte Mitglied bei der Lebenshilfe Minden e.V. werden

- O ab sofort O ab dem
 O ich werde allein Mitglied und zahle € Beitrag im Jahr (mind. 50,- €)
 O ich werde allein Mitglied, habe eine Behinderung und zahle € Beitrag
 im Jahr (mind. 15,- €)
 O wir werden als Familie Mitglied und zahlen € Beitrag
 im Jahr (mind. 60,- €)

Neben mir sollen folgende Haushaltsangehörige (bis zum 25. Lbj.) Mitglied werden:

..... geb. am, geb. am
 geb. am, geb. am

O folgende juristische Person wird Mitglied und zahlt € Beitrag
 im Jahr (mind. 100,- €).

Diese wird vertreten durch (nat. Person)

Ich bin damit einverstanden, dass meine Mitgliedsdaten ausschließlich zu internen Vereinszwecken elektronisch gespeichert werden. Eine Weitergabe an Dritte ist nur an die Bundesvereinigung Lebenshilfe zulässig (Zusendung der Lebenshilfe Zeitung), sonst ausgeschlossen.

Datum Unterschrift

Mit der Erteilung eines SEPAmmandates (früher Einzugsermächtigung) erleichtern Sie unsere Arbeit erheblich. Siehe Anhang.

Das sind wir (Leitbild in einfacher Sprache)

- ☑ Wir helfen Menschen mit Behinderung. Und den Familien.
- ☑ Wir dürfen leben wie wir wollen. Das ist selbst bestimmtes Leben.
- ☑ Eltern machen sich Sorgen. Wir helfen auch ihnen.
- ☑ Wir gehen gut miteinander um. Wir zeigen anderen wie es geht.
- ☑ Bei uns entscheiden alle mit. Nicht ohne uns über uns!
- ☑ Wir sind alle verschieden. Wir haben das gleiche Ziel.
- ☑ Das ist gut. Mach mit!

Beschluss der Mitgliederversammlung
am 11.04.2016



Alte Sandtrift 4
32425 Minden

Fon: 0571 9740500
Fax: 0571 97405029

info@lebenshilfe-minden.de
www.lebenshilfe-minden.de



Der Klaus Weihe Preis 2025

... and the winner is... die Fittinge e.V.

Dafür gibt es gute Gründe:

- Inklusion ist schon seit über 30 Jahre ein Thema des Vereins. Menschen mit Behinderung haben ihn von Anfang an mitgeprägt.
- Der Verein kümmert sich nicht nur um die eigenen Belange, sondern wird auch politisch aktiv.

Mit der Preisverleihung wollen wir „das Lebenswerk“ der Fittinge würdigen und aber vor allem den Betroffenen Mut machen, sich zu engagieren. Was die Fittinge uns gezeigt haben ist, dass neben der Solidarität aus eigener Betroffenheit auch der Einsatz für gesellschaftlichen Wandel für eine bessere Welt für Menschen mit Behinderung wichtig ist. Dazu braucht es Innovation und kritische Reflektion durch einen Blick von außen und von Menschen, die nicht in den Institutionen schon angekommen sind.

Wir wollen den Räten von Menschen mit Behinderung selber auch Mut machen, eigene Belange in der Politik und Gesellschaft vorzutragen. Angehörigen sollen motiviert werden, sich zusammenzuschließen, sich für ihre persönlichen Belange zu solidarisieren und darüber hinaus auch gesellschaftlich und politisch

dringende Veränderungen anzumahnen. So haben es die Fittinge lange Jahre vorgelebt und sind ein wunderbares Beispiel für gelebte Inklusion und gesellschaftliche Teilhabe.

Aus der Rede des Lebenshilfe Rates:

Mit der Preisverleihung wollen wir „das Lebenswerk“ der Fittinge e.V. würdigen.

Sie machen den Betroffenen MUT, sich zu engagieren. Sie stiften Solidarität auch unter den Angehörigen. Gemeinsam verändern sie die Lebensbedingungen für mehr Inklusion. Heute treffen sich Menschen weniger im Café, in der Begegnungsstätte oder am Küchentisch.

Heute gibt es Gruppen in Social Media. Auch dort findet Selbsthilfe statt. Das Engagement ist dasselbe.

Wir ehren die Fittinge als Leuchtturm und bestes Beispiel für weitere Generationen von Betroffenen und Angehörigen, Inklusion selber mit zu gestalten.



Gutes Wetter – gute Laune

Im April und Mai fanden die ersten ABW-Nutzertreffen des Jahres statt.

Bei gutem Wetter verbrachten Mieter/Innen und Mitarbeitende der Lebenshilfe einen schönen Nachmittag im Garten des Freizeittreffs. Es wurden verschiedene Stationen aufgebaut, die nach Lust und Laune besucht werden konnten. Während manche sich lieber beim Dosenwerfen oder Wikingerschach mit anderen maßen, bevorzugten andere eine gesellige Runde Bingo. Auch die letzte Station erfreute sich großer Beliebtheit. Hier bestand die Aufgabe darin verschiedene Gegenstände durch Tasten und Fühlen zu erkennen.

Spannend, was es alle zu entdecken gab!



Die richtige Verpflegung darf natürlich nicht fehlen, weswegen sich jeder bei einem leckeren Hotdog und Getränken stärken konnte.



Auf nach Wolfsburg

Betriebsausflug der LH Arbeit

In den frühen Morgenstunden des 15.06.2025 machten wir uns von der gem. Lebenshilfe Arbeit GmbH mit der Bahn auf den Weg Richtung Wolfsburg in die Autostadt.

Die Zeit im Zug wurde für den wichtigen Austausch unter Kollegen sehr intensiv genutzt, es wurde gefachsimpelt aber auch viel gelacht! Nebenbei wurden mitgebrachte Leckereien verzehrt.



Amano, an einer sehr schönen langen Tafel genossen. Es gab auch viele verschiedene schöne Desserts zum Abschluss.

Die anschließende Führung im Zeit-Haus war sehr informativ und sorgte bei manchen Fahrzeugen durchaus für Gänsehautmomente.

Die Rückreise im Zug gestaltete sich sehr entspannt, alle waren von dem schönen Tag erschöpft, aber glücklich.



Kurz nach der Ankunft in der Autostadt schwärmten wir aus und haben die Attraktionen der Autostadt bewundert, besonders die Marke Porsche sorgte bei uns für staunende, leuchtende Augen..... und sicherlich hat der eine oder andere in Gedanken eine schöne Ausfahrt mit dem Porsche GT3 unternommen :)

In eigener Sache:

Leider ist uns aufgefallen, dass, trotz der vielen Maßnahmen, unsere Bahn nicht so Barrierefrei ist wie nötig! Ohne fremde Hilfe ist es einem Rollstuhlfahrer nicht möglich in den Zug zu gelangen (Hohe Stufe nur mit Rampe die vom Schaffner ausgelegt wird) auch das WC ist durch den Absatz ca. 2-3cm hoch und der folgenden Führungsschiene für die Schiebetür nicht alleine zu bewältigen. In der Gesellschaft müsste noch mehr geschaut werden was man tun kann, denn einige Zug-Gäste geben auch Ihr bestes Menschen mit Handicap das Leben schwer zu machen und blockieren in Gruppen den Aufzug mit Ihren Fahrrädern! So erreicht man sicherlich keinen Anschlusszug!



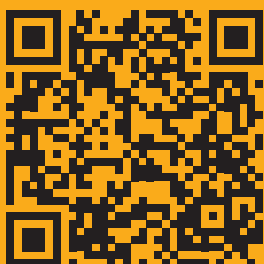
Das Mittagessen haben wir im Restaurant

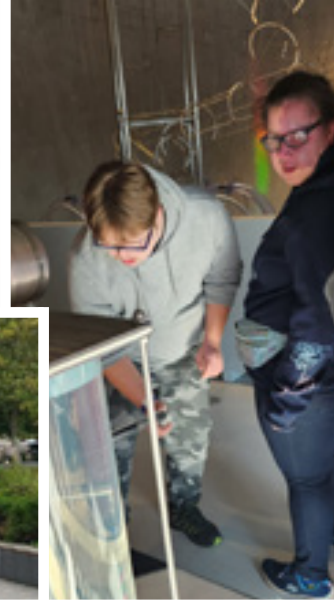
Dabei sein!

Zeit geben:



Geld geben:





Wie steht es um die Barrierefreiheit in Minden?

Engagierte Menschen mit und ohne Handicap, sowie Vereine, Selbsthilfeorganisationen und Einrichtungen, die Menschen mit Handicap unterstützen, treffen sich im Aktionsbündnis zum Europäischen Protesttag zur Gleichstellung jedes Jahr Anfang Mai zu Aktionen in der Mindener Innenstadt.

Am 17.5.2025 trafen sich ca. 25 Menschen mit und ohne Handicap zum Feldversuch in der Mindener Innenstadt um die Barrierefreiheit auch in den Geschäften und Lokalen zu erforschen. Ab 10 Uhr machten sich kleine Gruppen auf den Weg durch die Stadt mit folgenden Fragen:

Ist es möglich, einen Assistenzhund mitzunehmen? Dieser ist für viele Menschen wichtig, da er ihnen hilft bei Sehschwäche, Epilepsie, Angst und anderen Handicaps).

Gibt es Personen, die man ansprechen kann, und die einem helfen?

Gibt es Schilder und Symbole zur Orientierung für Menschen, die nicht (deutsch) lesen können?

Kann man die Toilette benutzen?
Wie leicht geht das?

Ist der Ort auch für Menschen im E-Rolli (mit Kinderwagen) gut zu nutzen?



Gibt es genug Licht, Kontraste, Tastmöglichkeiten für sehingeschränkte Menschen?

Gibt es reizarme Räume oder Zeiten? D.h. weniger Besucher, keine Musik, weniger Stress.

Gibt es Gelegenheit, sich auszuruhen?

In den besuchten Lokalen und Geschäften waren bis auf ganz wenige Ausnahmen alle Befragten sehr interessiert, kooperativ und hilfsbereit. Es gab sehr gute Gespräche. Anregungen wurden dankbar entgegengenommen, manche Barriere bedauert oder gar abgebaut.

Viele unebene Straßenbeläge, Parkplätze und Stufen vor den Eingängen von Gastronomiebetrieben sind immer noch Standard. Steigungen an der Obermarktstraße, dazu noch starke Unebenheiten an der Hufschmiede und Opferstraße sind erhebliche Barrieren für Rolli- und Rollatorfahrer oder geheingeschränkte Menschen. Der Aufzug an der Martinitrepppe würde hier sehr helfen.

Die Stufen vor den Gastronomiebetrieben und die Enge in vielen Lokalen macht einen



Besuch für etliche Menschen schwierig. Die Mitarbeiterinnen in den Lokalen versuchen das mit Hilfsbereitschaft auszugleichen.

Bei der Befragung am Stand war das Ergebnis ähnlich. Kleinere Arztpraxen sind oft nur über Stufen erreichbar und spätestens die Toiletten sehr eng. Auch hier immer große Hilfsbereitschaft.

Toiletten gibt es in der Stadt nur in Ausnahmefällen, generell macht es keinen Spaß lange nach einem stillen Örtchen zu suchen oder zu fragen. Neben dem Aufzug eine zweite Aufgabe für die Stadt: saubere, öffentliche, barrierefreie Toiletten.

Ob für Menschen mit oder ohne Handicap: gutes Licht, stressfreie Atmosphäre, klare Beschilderung und gut erkennbare Auszeichnung des Warenangebots helfen allen. An vielen Stellen haben die Gruppen gute Beispiele dafür im Einzelhandel gefunden. Auch die Gelegenheit, sich mal im Geschäft hinzusetzen, wird immer mehr zum Standard.

Einen Begleithund mitzunehmen hilft Menschen mit speziellen Handicaps. Da immer mehr Menschen Hunde haben, ist das auch fast immer möglich.

Schade ist, dass bei der Planung von neuen Gebäuden wie dem Domschatz oder neuen Geräten, wie den SB Terminals bei der Sparkasse, Bedürfnisse von Rollstuhlfahrenden nicht konsequent mitgedacht werden.

Um 12 Uhr waren alle wieder am Stand und berichteten dem eingeladenen Bürgermeister, Michael Jäcke, von ihren Erkenntnissen. Ein offenes Ohr für jeden Hinweis, geduldiges Zuhören und Ernstnehmen auch von Fragen, die nicht perfekt formuliert waren. Im Umgang war unser Bürgermeister sehr barrierefrei. So musste er auch hören, dass zwei dringende Alltagsprobleme in seiner Amtszeit nicht gelöst wurden: Toiletten und Aufzug. Das Aktionsbündnis wünscht sich daher für die nächste Legislaturperiode eins: einfach machen! Vielleicht ist dann weniger Hilfsbereitschaft erforderlich und eine gleichberechtigte Teilhabe durch weniger Barrieren möglich.



Der Weg zum Gold – Special Olympics 2025

Special Olympics 2025 Wesel



Rückblick.....

Special Olympics 2024 in Münster. Bereits am Mittwoch dem 22.05.24 fuhren Lars Gräber und Thomas Ziegler nach Münster, um dort am Briefing für das Turnier der Special Olympics in Münster teilzunehmen. Bereits dort fielen die beiden positiv auf, indem sie die bürokratische Sitzung, welche mit Lage-, Ablauf- und Spielplänen, Regeln und Anweisungen nur so gespickt, immer wieder mit auflockerten. Der Abend der Eröffnungsfeier war einfach grandios.

Für die beiden war dieses Event von Beginn an ein Spaßevent. Die neuen orangenen Trikots zeigte jedem sofort, das die Lebenshilfe auffallen möchte.....

.....und das tun sie nun seit 2023 unentwegt. Seit die Wege von Thomas Ziegler und Lars Gräber sich kreuzten und sie gemeinsam den Fussballbereich übernahmen, wurde aus den vielen Einzelspielern eine Mannschaft geformt, die vorrangig Spaß haben soll, ohne den Ehrgeiz zu vergessen.

Auf Trainingserfolge folgten als bald auch dann die ersten Erfolge bei Regiospieltagen und eben bei den Special Olympics 2024 in Münster. Völlig überraschend konnte dort die Silbermedaille gewonnen werden.

Dies war natürlich nun für die Special Olympics 2025 in Wesel eine große Bürde. Die Mannschaft wollte natürlich diesen Erfolg noch einmal erleben, aber das es letztendlich so kam wie es kam war wieder total unerwartet.

Special Olympics 2025 in Wesel.....

Die Mannschaft startete morgens um 06.00 Uhr von der Lebenshilfe und kam 2 1/2 Stunden später wohlbehalten in Wesel am Auestadion an.

Am Samstag, dem 14. Juni war es der bis dahin heißeste Tag im Lande und so war die Hitze auf dem Kunstrasenplatz kaum zu ertragen. Was an diesem Tag von allen Beteiligten geleistet wurde, war nahezu übermenschlich. Nach einer kurzen Besprechung bei der Turnierleitung, konnte die Lebenshilfe Truppe dann die Spieler zur Eingruppierung absolvieren.

Man verlor 0:1 gegen GWK Köln und 1:2 gegen SC TuB Mussum (Bocholt). Das war leider kein gelungener Auftakt. Zwar unterlag man zweimal sehr knapp, aber Niederlage ist eben Niederlage.

Die Mannschaft hatte schon begonnen die Köpfe hängen zu lassen und startete etwas gehemmt in das richtige Turnier.

Das erste Spiel hatte man nun wieder gegen die starken Bocholter des TuB Mussum und konnte dies knapp mit 2:1 für sich entscheiden. Auch gegen die zweite Mannschaft des TuB Mussum konnte man sich danach mit 3:0 durchsetzen und holte somit am ersten Spieltag aus 2 Spielen 6 Punkte.

Die Mannschaft hatte bisher noch nicht ihren besten Tag erwischt und gelobte noch am Abend bei Essen und Trinken, dass man am nächsten Tag besser spielen möchte. Man konnte viele Gespräche verfolgen, die von den Spielern miteinander geführt wurden. Taktik, bessere Pässe, mehr bewegen, mehr unterstützen, das waren die Vorgaben, die sie sich selbst gemacht hatten.

Sonntag 07.20 Uhr, das Wetter hatte deutlich abgekühlt, denn es hatte die Nacht über geregnet. Als Coach Ziegler in den Frühstücksaal kam, saßen dort bereits alle Spieler beim Frühstück oder hatten bereits gefrühstückt. Alle waren fit, ein Zwicken hier und da, ein paar Schürfwunden und heisere Stimmen hielten die Mannschaft nicht davon ab um 10.30 Uhr pünktlich zum dritten Spiel auf dem Platz zu stehen.

2:1 hat man gegen die junge, laufstarke Mannschaft der Bodelschwingschule aus Bergkamen gewonnen und so hatte man nun vor und während des letzten Spiels alles



selbst in der Hand. Ein Unentschieden hätte bereits genügt, um der Lebenshilfe Gold zu beschern, doch auch gegen TuRa Elsen aus Paderborn gewann man knapp mit 1:0 und lag sich jubelnd und weinend in den Armen, als der Schiedsrichter abgepfiffen hatte.

Die Freude kannte kein Ende. Jeder hat sich für die Lebenshilfe aus Minden gefreut, denn die Truppe hat alle begeistert. Wieder einmal wurde explizit erwähnt, dass die Lebenshilfe nicht nur wegen ihrer Trikots aufgefallen waren, sondern weit darüber hinaus durch ihr positives Auftreten. Die Spieler hatten andere Spieler getröstet, angefeuert und mit ihnen gelacht. Die Betreuer taten ihr Übriges dazu, indem sie mit Witz, Charme und helfenden Händen parat standen.

Am Ende einer langen und lauten Heimreise, fanden sich die Spieler und Trainer in mitten eines Spaliers auf dem Parkplatz der Lebenshilfe wieder. Eltern, Freunde und Familie der Spieler nahmen die Goldjungs jubelnd in Empfang. Das war eine Überraschung für alle

Fazit: Wenn die Fußballer der Lebenshilfe Minden unterwegs sind, ist es immer ein Erlebnis, immer positive Werbung für die so wichtige Arbeit, die Stadt und die Region.

Danke, dass wir Teil davon sein dürfen.
Thomas und Lars



Immer mit am Start

Lebenshilfe beim 24 Stunden Lauf

Am letzten Wochenende fand der mit Spannung erwartete 24-Stunden-Lauf der Lebenshilfe Minden statt, veranstaltet von der Union Minden. Dieses Event, das alle zwei Jahre ausgetragen wird, zog sowohl Athleten als auch Zuschauer in seinen Bann und bot eine Plattform für sportliche Höchstleistungen sowie gemeinschaftlichen Zusammenhalt.

Am Freitag um 18 Uhr fiel der Startschuss durch den Bürgermeister, der in einem besonders gestalteten Trikot der Lebenshilfe die Läufer auf die Reise schickte.

Die Atmosphäre während des Laufs war unvergleichlich. Viele Läufer, darunter sowohl Menschen mit besonderen Bedürfnissen als auch uneingeschränkte Athleten,



trugen unermüdlich das Staffelholz im Kreis. Diese besondere Form des Wettkampfes erlaubte es allen Teilnehmern, sich gegenseitig zu unterstützen und anzuspornen. Besonders beeindruckend war die Leistung einiger Läufer, die nach 24 Stunden tatsächlich einen Marathon und mehr absolvierten. Unter ihnen war Kiyas, der nicht nur einen Marathon bewältigte, sondern nach 20 Runden auch noch einen Halbmarathon für das Team absolvierte – eine grandiose Leistung, die große Anerkennung fand.

Die nächtlichen Stunden vergingen mit viel Hintergrundmusik, gemeinsamen Essen und Plaudern in den Zelten. Die Stimmung war entspannt, aber auch voller Vorfreude auf den nächsten Tag. Am Samstag, als die Sonne aufheizte, war es wichtig, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Die Teilnehmer mussten immer wieder zu den Getränkeständen strömen, um hydratisiert zu bleiben.



Eine wichtige Rolle während der gesamten Veranstaltung spielte die Zusammenarbeit mit unterschiedlichen Partnern. Ein großer Dank gebührt dem Kreativzentrum Anne Frank, der Fa. Rodenberg Türsysteme AG und den Brüdern Schlau.

Sie leisteten wertvolle Hilfestellung, indem sie Materialien zur Verfügung stellten, beim Auf- und Abbau halfen und durch Spenden zur Deckung der Kosten beitrugen. Diese beispiellose Kooperation zeigte, wie viel Support und Gemeinschaftsgeist innerhalb der lokalen Gemeinschaft vorhanden ist.

Am Ende des Laufs konnte die Lebenshilfe Minden stolz auf die erzielte Rundenzahl blicken und wurde mit dem 17. Platz in der Bestenliste ordentlich belohnt. Die energiegeladene Veranstaltung hatte nicht nur sportliche Erfolge zu feiern, sondern auch das Miteinander der Menschen in den Vordergrund gerückt.



Ein herzliches Dankeschön geht an alle Läufer, Helfer, Betreuer und Organisatoren von der Union Minden, die diesen besonderen 24-Stunden-Lauf möglich gemacht haben. Ihre unermüdlichen Anstrengungen und die wertvolle Zusammenarbeit machten dieses Event zu einem unvergesslichen Erlebnis für jeden Teilnehmer und Zuschauer. Die Veranstaltung wird sicherlich einen bleibenden Eindruck hinterlassen und die Vorfreude auf das nächste Jahr wecken, wenn es wieder heißt: auf die Laufbahn für die Lebenshilfe!

Thomas Ziegler

Let's Dance – Mehr Party geht nicht

Integrative Disco lockt Besucherscharen ins Bürgerhaus Espelkamp

Auszug aus dem Artikel der Espelkamper Zeitung von Peter Götz.

Integrative Disco lockt Besucherscharen ins Bürgerhaus Espelkamp

Es gibt Veranstaltungen und Freudenfeste – zu den Letzteren gehört das integrative „Let's Dance“ im Bürgerhaus.

Beginn war um 19 Uhr, bereits 20 Minuten später hatte das Musik-Team aus Haldem den großen Saal zum Kochen gebracht. Die DJs drückten permanent aufs Gaspedal und der komplette Raum verwandelte sich über Stunden vom Eingang bis zur Bühne in einen mustergültigen Disco-Dancefloor voller tanzender Menschen – egal ob zur Musik von AC/DC oder zu „Cordula Grün“.

„Für viele Leute hier ist die Party in Espelkamp einer der Höhepunkte des Jahres“, gab David aus Minden zu verstehen, „solch eine gute Stimmung gibt es sonst nirgendwo.“ Die Gäste kommen aus dem Umkreis von bis zu 100 Kilometern mit Reisebussen und vielen Kleinbussen.

„Es gibt eigentlich nichts Vergleichbares im näheren und sogar weiteren Umkreis, was diese Art eines integrativen Unterhaltungs-Angebots für Menschen mit Einschränkungen betrifft.“

Und auch Menschen ohne Handicap feiern schon immer gerne mit“, berichtete Thomas Dullweber, ein Mitglied des „Let's Dance“

Arbeitskreises. „Denn bei unseren jährlichen Partys herrscht nämlich über vier Stunden absolute Hochstimmung und das ohne einen Tropfen Alkohol“.





Generationswechsel auf Hof Reimann

Es regnet zwar, aber wenn man in die Hofeinfahrt beim Reiterhof Reimann ankommt, scheint immer die Sonne.



Verabredet bin ich an diesem Tag auf dem Hof mit Rita Reimann und Elisabeth Oehler. Was sie verbindet ist eine über 30-jährige Geschichte der Reitgruppen der Lebenshilfe auf dem Hof Reimann. Heute sind wir wieder mit zwei Kindern zum Reiten da. Auch das ist eine kleine Traditionsgeschichte: Andrea Sierks begleitet die Reitgruppen auch schon über 15 Jahre. - Also Blumen für alle.



Vor den Blumen gibt es Kaffee von Rita und Kuchen von der Lebenshilfe. Wir sitzen in der Küche bei Rita Reimann und lassen die alten Zeiten Revue passieren. Angefangen hat es ja mit Manfred, Ritas Mann, der seinen Job als Koch bei der Diakonie aufgegeben hat und den Reitunterricht angeboten hat. Das war Anfang der 90-er Jahre. Die Kinder von Rita und Manfred waren von klein auf immer mit auf dem Hof und sind auch heute sozial engagiert und geben auch Reitunterricht.

Plötzlich holt Rita alte Fotos aus einer Schublade. Schnappschüsse von den Reitgruppen. Auch bei der schlechten Qualität der Aufnahmen kommen Lebensfreude und die herzliche Atmosphäre auf dem Hof gut rüber. Wir erinnern die Namen, kleine Anekdoten und überlegen, was aus dem einen oder der anderen heute geworden ist. Alles hat auch einen kleinen Anflug von Wehmut, denn wir stehen am Ende unseres Berufslebens und Manfred Reimann ist schon länger verstorben.



So wird es höchste Zeit für den Fototermin mit der aktuellen Reitgruppe. Heute sind nur zwei Kinder da, aber das Reiten auf dem Hof Reimann geht weiter und es folgen Generationen von Kindern, Betreuern und Pferden, die den guten Geist vom Hof Reimann weitertragen.

Jochen Rogmann



Rückblick



Ein herzliches Dankeschön an alle, die unser Gartenfest einmal mehr zu einem besonderen Ereignis gemacht haben. Es war ein schöner Tag.



Ausblick



Termine fürs Sportabzeichen

Liebe Sportfreunde!

Einige unserer Athleten haben das Deutsche Sportabzeichen bereits geschafft, weitere werden folgen. Immer donnerstags ab 16.30 Uhr im Weserstadion, sowie mittwochs ab 17.00 Uhr auf dem Nammer Sportplatz an der Poggenbeeke finden nach den Sommerferien Training und Prüfung statt. Auch die Rollstuhlfahrer sind herzlich eingeladen!

Die Ehrung aller erfolgreichen Athleten ist am Montag, 03. November von 17.00 – 18.00 Uhr im LHCenter.

Johannes Nakath

Der Tag des Sports geht in die 5. Runde.

Und wir sind natürlich wieder mit dabei! Ihr hoffentlich auch! Am 21.09.25 ist es soweit.





Du liest gerne? Oder du hörst gerne zu? Dann bist du bei uns richtig.
Wir suchen zusammen Bücher aus.
Wir lesen gemeinsam.
Manche Geschichten sind spannend. Manche Geschichten sind lustig.
Manche Geschichten machen nachdenklich.
Manche Geschichten gefallen uns gut. Andere nicht so.
Aber: Wir sprechen immer darüber.
Das macht Spaß!
Alle können mitmachen.
Du bist herzlich willkommen.
Wir treffen uns alle 14 Tage im Café Klee.

Veranstaltungen für Mitarbeitende

Mitarbeitenden-Tag im LHCenter

Termin: 25.08.2025

Ablauf:

- Start um 09.00 Uhr mit Unterweisungen in Hygiene, Fuhrpark und Schließanlage
- Ab 10.00 Uhr sind die SB-Teams mit Sagitta Sikora und Jacqueline Pöstges
- Um 13.00 Uhr kommt der Eiswagen
- Ab 13.30 bis 15.30 Uhr ist Speed-Dating angesagt -
Wer bist du und was ist deine Motivation?

Basisqualifikation für neue Mitarbeitende und „Auffrischung“

- Leitbild und Grundgedanken Lebenshilfe
- Behinderungs- und Krankheitsbilder
- Basismodul Pflege
- Basismodul Selbsterfahrung
- Basismodul Kommunikation

Termine: Vom 20.10. bis einschließlich 24.10.2025

Zeit: 09.00 bis 15.00 Uhr

Ort: LebenshilfeCenter, Alte Sandtrift 4, Minden



Weihnachtsfeiern

Für alle Mitarbeitenden der LH Minden e.V. und LH Assistenz

Termin: 05.12.2025

Zeit: 19.00 Uhr

Ort: Hotel Bad Minden in Minden

Für alle Mitarbeitenden der LH Arbeit

Termin: 14.12.2025

Zeit: 17.00 Uhr

Ort: Victoria Hotel, Minden



Teilnahme natürlich nur mit Anmeldung!

Veranstaltungen für ABW und Wohntraining

Workshop über Liebe, Partnerschaft und Sex

Viele Menschen möchten einen Freund oder eine Freundin haben.

Viele Menschen möchten echte Liebe erleben.

Manche fragen sich: Darf mein Freund oder meine Freundin mich küssen und anfassen, wenn ich das nicht möchte?

Manche fragen sich: Mit wem kann ich sprechen, wenn ich mich unwohl fühle?

Manche fragen sich: Wie geht Verhütung? Welche Mittel gibt es dafür?

Manche fragen sich: Was kann ich machen, wenn mir eine Frau oder ein Mann gefällt? Wie spreche ich sie oder ihn an?

Im September kommen Beraterinnen von der AWO zu uns.

Sie bieten Workshops für euch an.

In den Workshops könnt ihr in kleinen Gruppen sprechen.

Ihr könnt über alles sprechen, was ihr über Liebe, Partnerschaft und Sex wissen wollt.

Ihr könnt eure Fragen auch schon vorher stellen. Dann können sich die Beraterinnen darauf vorbereiten. Sie bringen dann Informationen zu euren Fragen mit. Eure Betreuerinnen vom ABW können die Fragen für euch aufschreiben. Ihr müsst eure Namen nicht nennen.

Termin: 01., 02. und der 04. September

Zeit: 09.00 - 17.00 Uhr

Ort: Mehrzweckhalle LHCenter, Alte Sandtrift 4, Minden



Reise der künftigen Schirrhof-Mieter

Im Oktober findet ein 3-tägiges Wohntraining der TeilnehmerInnen statt, die voraussichtlich als neue MieterInnen in das Neubauprojekt am Schirrhof einziehen. In der Alten Volksschule Oberlübbe bereiten sie sich an einem Wochenende mit Hilfe der Fachkräfte auf den neuen Alltag vor. Diese Tage dienen dazu, sich gegenseitig noch besser kennenzulernen und mit den BetreuerInnen gemeinsam erste Regeln und Rahmenbedingungen für die Gemeinschaft im Haus und in der Nachbarschaft festzulegen. Das schafft Sicherheit und Orientierung!

Gefördert wird das Projekt von der Aktion Mensch, daher werden nur die Kosten für die Unterbringung und Verpflegung in Rechnung gestellt.

Termin: 10.-12.10.2025

Ort: Alte Volksschule Oberlübbe (Haus der Lebenshilfe Lübbecke)



Veranstaltungen für Angehörige

Das „Behindertentestament“

Für Eltern und Angehörige Eltern von Menschen mit einer Behinderung, die dauerhaft auf Hilfe angewiesen sind, wollen auch testamentarisch eine gute Vorsorge für ihre Kinder treffen.

Der Nachlass soll einen dauerhaften Nutzen für die Hinterbliebenen behinderten Angehörigen mit sich bringen. Hier ist es wichtig, dass bestimmte Regeln eingehalten werden, damit das Erbe nicht in kürzester Zeit für die Sozialhilfeleistungen aufgebraucht wird.

Die Veranstaltung soll einen Überblick über testamentarische Gestaltungsmöglichkeiten geben, die zu dem beabsichtigten Ergebnis führen.

Termin: Donnerstag, 08. November 2025

Zeit: 19.00 - 20.30 Uhr in der Mehrzweckhalle LHCenter,
Alte Sandtrift 4, 32425 Minden

Kosten: 5,- €/Familie



Einzelberatung bei Herrn Bonk
(für Lebenshilfe-Mitglieder kostenlos)

Am **Freitag, dem 09. November 2025** sind Einzelberatungstermine bei Herrn Bonk möglich.

Terminabsprachen bitte in unserer Geschäftsstelle, Tel.: 0571-9740500

**KAPITAL-
UNFALLSCHUTZ**

Leistungsstark wie erwartet,
ertragreicher als du denkst. *Garantiert!*

Leistungsstarker Allianz UnfallSchutz und attraktiver Kapitalaufbau
in einem – auf Wunsch auch als Pflegevorsorge.

Jetzt beraten lassen!

Rainer Hösl e.K.

Generalvertretung der Allianz
Kuckuckstr. 8
32427 Minden
rainer.hoesl@allianz.de
www.allianz-hoesl.de
Tel. 05 71.83 73 90
Mobil 01 72.8 30 13 56

Allianz

Kurse und Angebote

Jeder Mensch möchte in seiner freien Zeit Dinge tun, die ihm Spaß machen und die er sich selber aussucht. Freunde treffen, gemeinsam einen Kaffee trinken und klönen, Schwimmen gehen, Ausflüge unternehmen und vieles andere mehr. Weitere Freizeitangebote der Lebenshilfe finden Sie im **Freizeitprogramm**, das jedes Vierteljahr neu erscheint. Es ist erhältlich in der Geschäftsstelle oder im Internet unter **www.lebenshilfe-minden.de**. Auf unserer Homepage finden Sie auch aktuelle Veranstaltungen und Berichte.

Informationen zur Teilnahme

Wichtig !

- Die Anmeldungen zu unseren Angeboten und Kursen sind verbindlich.
- Für die Teilnahme an den Angeboten fallen Betreuungskosten und evtl. Kursgebühren und Hallengebühren an. Die Betreuungskosten können ggf. mit den Kostenträgern (Pflegekasse/ Sozialamt) abgerechnet werden und fallen nur bei Teilnahme an.
- Die Kursgebühren/Hallengebühren sind bei den entsprechenden Angeboten ausgewiesen. Damit werden z.B. Sportübungsleiter*Innen finanziert oder die Nutzung/Anmietung der Räumlichkeiten, inkl. Heizkosten oder Eintrittsgelder fürs Schwimmbad. Sie bekommen hierüber eine private Rechnung ausgestellt. Bitte warten Sie mit der Bezahlung, bis Ihnen die Rechnung vorliegt. Sollte einmal eine Stunde von unserer Seite aus abgesagt werden müssen, wird diese selbstverständlich nicht berechnet.
- Unter bestimmten Voraussetzungen ist eine Übernahme der Kursgebühr für Teilnehmer unter 18 Jahren durch das Sozialamt über ein „Teilhabepaket“ möglich. Genaue Informationen dazu erhalten Sie bei den zuständigen Mitarbeitenden in der Geschäftsstelle.
- Schuldhaft nicht eingehaltene und nicht abgesagten Termine werden mit einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,- € privat in Rechnung gestellt. Bitte sagen Sie die Termine nicht nur in der Schule oder Werkstatt ab, auch nicht bei den Mitarbeitenden in den Gruppen, sondern bitte immer bei uns im Büro. Eine E-Mail reicht.
- Zu unseren Aktionen und Kursen können Sie sich telefonisch und schriftlich anmelden. Ein Einstieg in einen laufenden Kurs ist möglich, die Abrechnung erfolgt dann anteilig. Kostenlose Probetermine sind nach Absprache möglich.
- Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Gruppenangebote erst ab 3 Teilnehmenden stattfinden können.
- Zu den Schwimm- und Reiterterminen können Teilnehmende mit Epilepsie nur nach vorheriger Absprache und mit Unbedenklichkeitsbescheinigung vom Arzt mitgenommen werden.

Erklärung Piktogramm



Wenn die 1. kleine Figur dunkler ist, ist die Gruppe für Kinder ab 6 Jahren geeignet

Wenn die 2. Figur dunkler ist, ist die Gruppe für junge Menschen ab 14 Jahren geeignet

Wenn die 3. Figur dunkler ist, ist die Gruppe für Erwachsene geeignet.

Wenn die Figur im Rollstuhl dunkler ist, ist die Gruppe barrierefrei.

Gruppen am Montag

Ballsport

Alles dreht sich um das runde Leder



In diesem Kurs steht Fußball spielen an erster Stelle. Dazu gehört aber auch Kondition aufzubauen, Balltechniken zu üben und Spielregeln zu lernen.

Andere Ballsportarten werden auch vorgestellt und ausprobiert, so dass ihr während der eineinhalb Stunden ganz schön ins Schwitzen kommen könnt.

Zeit: wöchentlich 15.30 – 17.00 Uhr

Ort: Turnhalle der Wichernschule,
Goebenstr. 30, Minden

Kursgebühr: 85,- € (5,- €/Termin)

Übungsleiter: Thomas Ziegler

September	01.09.	08.09.	15.09.	22.09.	29.09.
Oktober	06.10.	27.10.			
November	03.11.	10.11.	17.11.	24.11.	
Dezember	01.12.	08.12.	15.12.		
Januar	12.01.	19.01.	26.01.		

Schwimmen Wichernschule

Angebot-Nr.: 55790 - **Inklusives** Reha-Angebot



Das Wasser im Schwimmbecken der Wichernschule ist um einige Grade wärmer als in normalen Schwimmbädern. Das ermöglicht einen entspannten Aufenthalt auch für jene, die sich nicht so viel bewegen können oder mögen. Der Einstieg ins Becken ist auch für gehbehinderte Menschen gut möglich.

Teilnahme mit einer Rehasportverordnung möglich.

Zeit: wöchentlich 16.30–18.00 Uhr

Ort: Lehrschwimmbecken der
Wichernschule **Kursgebühr:** 136,- € (8,- €/Termin)

Leitung: Carmen Mohammed/Sören Kasten

September	01.09.	08.09.	15.09.	22.09.	29.09.
Oktober	06.10.	27.10.			
November	03.11.	10.11.	17.11.	24.11.	
Dezember	01.12.	08.12.	15.12.		
Januar	12.01.	19.01.	26.01.		





Gruppen am Dienstag

Sportgruppe Dützen

Angebot-Nr.: 82239 **Inklusives** Reha-Angebot



Muskel- und Konditionstraining, Fettpölsterchen abbauen und das Schulen der Körperkoordination sind die Effekte, wenn man hier mitmacht.

Und Spaß macht es auf jeden Fall!

Diese Gruppe wird ohne zusätzliche Betreuung und ohne Fahrdienst angeboten. Teilnahme nur mit einer Rehasportverordnung möglich.

Zeit: wöchentlich 14.00 - 15.00 Uhr

Ort: WG Dützen

Leitung: Andrea Nordmeyer

Kursgebühr: Rehasportverordnung

September	02.09.	09.09.	16.09.	23.09.	30.09.
Oktober	07.10.	28.10.			
November	04.11.	11.11.	18.11.	25.11.	
Dezember	02.12.	09.12.	16.12.		
Januar	13.01.	20.01.	27.01.		

Kochen

Wir probieren Gerichte aus, die ihr gerne kochen wollt



Einfache Gerichte kochen, die auch noch lecker und gesund sind: das wird in diesem Kurs vermittelt. Alles wird getrennt vorbereitet, gekocht und anschließend in großer Runde gegessen. Die Rezepte gibt es zum Nachkochen mit nach Hause.

Zeit: 14tägig 15.30 – 18.30 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Leitung: Kristin Köker & Erna Bokeloh

Kursgebühr: 72,- € (8,- €/Termin)

September	09.09.	23.09.
Oktober	07.10.	
November	04.11.	18.11.
Dezember	02.12.	16.12.
Januar	13.01.	27.01.



Reiten in Hille

Mit den Zügeln in der Hand auf dem Weg ins Wunderland



Beide Reit-Gruppen finden in Hille bei Team Lingalu statt.

Die Gruppen sind ausgelegt für Teilnehmende, die mobil sind und selbstständig auf- und absteigen können. Bitte bringt einen eigenen Reit- oder Fahrrad-Helm mit und zieht euch Sachen an, die schmutzig werden dürfen.

Bei diesem Angebot geht es nicht nur ums Reiten. Du kannst auch lernen wie man ein Pferd gut pflegt oder wie man einen Stall sauber hält.

Zeit: 14tägig 16.00 – 17.00 Uhr

Ort: Reitschule in Hille, Mindenerwaldstr. 139, Hille

Leitung: Team Lingalu

Kursgebühr: Reiten 1: 171,- € (19,- €/Termin)

Reiten 2: 152,- € (19,- €/Termin)



Reiten 1

September	09.09.	23.09.
Oktober	07.10.	
November	04.11.	18.11.
Dezember	02.12.	16.12.
Januar	13.01.	27.01.

Reiten 2

September	02.09.	16.09.	30.09.
Oktober	28.10.		
November	11.11.	25.11.	
Dezember	09.12.		
Januar	20.01.		



Trommeln

Rhythmik mit dem Schwerpunkt Trommeln



In zwei verschiedenen Gruppen wird auf den afrikanischen Trommeln Musik gemacht. Man braucht keine Noten lesen zu können: gespielt bzw. getrommelt wird nach dem Gehör bzw. dem Gefühl.

Die Trommelgruppe „Move of life“ ist durch viele Auftritte mittlerweile stadtbekannt.

Trommeln 1+2

Zeit: 14tägig 16.00 – 17.00 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Leitung: Uwe Pacewitsch

Kursgebühr:

Trommeln I: 85,50 € (9,50 €/Termin)

Trommeln II: 76,00 € (9,50 €/Termin)



Trommeln 1

September	09.09.	23.09.
Oktober	07.10.	
November	04.11.	18.11.
Dezember	02.12.	16.12.
Januar	13.01.	27.01.

Trommeln 2

September	02.09.	16.09.	30.09.
Oktober	28.10.		
November	11.11.	25.11.	
Dezember	09.12.		
Januar	20.01.		



Bewegung mit Spaß

Sport und Spiel ... ein Riesenspaß



Bewegungslandschaften können in der Turnhalle aufgebaut werden: es gilt dann zu balancieren, zu klettern oder sich mutig an einem Seil von einem Kasten zum anderen zu schwingen. Außerdem gibt es gemeinsame Spiele und Spaß sowie Pausen zum Entspannen.

Zeit: wöchentlich 15.30 - 17.30 Uhr

Ort: Turnhalle der Wichernschule,
Goebenstr. 30, Minden

Leitung: Patrick Viehoff/Sascha Orth

Kursgebühr: 68,- € (4,- €/Termin)



September	02.09.	09.09.	16.09.	23.09.	30.09.
Oktober	07.10.	28.10.			
November	04.11.	11.11.	18.11.	25.11.	
Dezember	02.12.	09.12.	16.12.		
Januar	13.01.	20.01.	27.01.		

Bewegung mit Musik

Angebot-Nr.:55789 - **Inklusives** Reha-Angebot



Muskel- und Konditionstraining, Fettpölsterchen abbauen und das Schulen der Körperkoordination sind Nebeneffekte, wenn man sich in der Gruppe zur Musik bewegt. Und Spaß macht es auf jeden Fall!

Diese Gruppe wird ohne zusätzliche Betreuung und ohne Fahrdienst angeboten.

Teilnahme mit einer Rehasportverordnung möglich.



Zeit: wöchentlich 18.00 - 19.00 Uhr

Ort: LHCenter, Halle, Schillerstr. 73a

Leitung: Andrea Nordmeyer

Kursgebühr: 85,- € (5,- €/Termin)

Hallengebühr: 34,- € (2,- €/Termin)

September	02.09.	09.09.	16.09.	23.09.	30.09.
Oktober	07.10.	28.10.			
November	04.11.	11.11.	18.11.	25.11.	
Dezember	02.12.	09.12.	16.12.		
Januar	13.01.	20.01.	27.01.		

Mittwochsschwimmen

im Melittabad



In diesem Kurs steht die Anleitung im Vordergrund, auch wenn der Spaß nicht zu kurz kommt.

Mit uns könnt ihr üben, sicherer im Wasser zu werden und auch mal längere Strecken zu schwimmen. In dieser Gruppe kan man auch für das Seepferdchen üben.

Zeit: wöchentlich 15.45–17.30 Uhr

Ort: Melittabad Minden

Leitung: Carmen Mohammed/Sören Kasten

Kursgebühr: 95,- € (5,- €/Termin inkl. Eintritt)

August	27.08.			
September	03.09.	10.09.	17.09.	24.09.
Oktober	01.10.	08.10.	29.10.	
November	05.11.	12.11.	19.11.	26.11.
Dezember	03.12.	10.12.	17.12.	
Januar	07.01.	14.01.	21.01.	28.01.



Bewegungsspiele

mit psychomotorischen Elementen (Angebot-Nr.: 55881)



Was ist Psychomotorik? Psychomotorik steht für spielerisch bewegtes Lernen.

Drehen, schaukeln, springen und balancieren ... für die meisten ist es eine Selbstverständlichkeit. Doch nicht für Kinder oder Jugendliche mit Verzögerungen in der Entwicklung. Unter Anleitung erlernen sie in diesem Kurs spielerisch ihre psychomotorischen Fähigkeiten wie Gleichgewicht, Koordination und Haltung ihres Körpers zu verbessern.

Teilnahme mit einer Rehasportverordnung möglich, dann entfällt die Kursgebühr.

Zeit: wöchentlich 16.00–17.30 Uhr

Ort: LHCenter, Halle, Schillerstr. 73a

Leitung: Marianne Henschel

Kursgebühr: 95,- € (5,- €/Termin)

Hallengebühr: 38,- € (2,- €/Termin)

August	27.08.			
September	03.09.	10.09.	17.09.	24.09.
Oktober	01.10.	08.10.	29.10.	
November	05.11.	12.11.	19.11.	26.11.
Dezember	03.12.	10.12.	17.12.	
Januar	07.01.	14.01.	21.01.	28.01.

Reiten bei Reimann



Das Leben ist kein Pony-Hof, und trotzdem reiten wir!

Wir sind mit einer Reit-Gruppe wieder zurück auf dem Hof Reimann.

Die Gruppe dort ist ausgelegt für Teilnehmende, die ein stärkeres Handicap haben und ggf. Unterstützung brauchen beim Auf- und Ab-Steigen vom Pferd.

Die Teilnehmenden werden in der großen Reit-Halle bleiben. Sie sind dort vor jedem Wetter geschützt und können, wenn sie nicht auf dem Pferd sitzen, den Hof erkunden.

Zeit: 14-tägig 15.45 – 17.00 Uhr

Leitung: Rita Reimann

Kursgebühr: 190,- € (19,- €/Termin)

August	27.08.	
September	10.09.	24.09.
Oktober	08.10.	
November	05.11.	19.11.
Dezember	03.12.	17.12.
Januar	14.01.	28.01.



VIDEO

SOCIAL MEDIA

WEB

WWW.INDIGO-MEDIATEAM.DE



Fitwoch

Angebot-Nr.: 51467 - **Inklusives** Reha-Angebot



Wir haben für euch den Fitwoch erfunden! Hier geht es um Fitness mit Muskeltraining und Mobilisierung durch leichte Gymnastik.

Wir trainieren mit euch gezielt motorische Fertigkeiten, Kraft und Beweglichkeit – und das Alles natürlich mit ganz viel Spaß.

In dieser Gruppe geht es aber auch darum, den Gruppenzusammenhalt zu fördern und das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken.

Teilnahme nur mit Rehasportrezept möglich, ohne zusätzliche Betreuung, ohne Fahrdienst

Zeit: wöchentlich 17.30 - 18.15 Uhr

Ort: LHCenter, Halle, Schillerstr. 73a

Leitung: Andrea Nordmeyer

Hallengebühr: 38,- € (2,- €/Termin)



August	27.08.			
September	03.09.	10.09.	17.09.	24.09.
Oktober	01.10.	08.10.	29.10.	
November	05.11.	12.11.	19.11.	26.11.
Dezember	03.12.	10.12.	17.12.	
Januar	07.01.	14.01.	21.01.	28.01.

-Inklusives Angebot-

Hip Hop



Das ist mehr als nur eine Musikrichtung

Du hast Spaß am Tanzen und kannst dir Choreographien merken? Dann bist du genau richtig beim Hop Hop. Wir tanzen nach gemischter Musik und haben einfach einen schönen Abend zusammen. Diese Gruppe wird ohne zusätzliche Betreuung und ohne Fahrdienst angeboten.

Zeit: wöchentlich 18.15 - 19.15 Uhr

Ort: LHCenter, Halle, Schillerstr. 73a

Kursgebühr: 114,- € (6,- €/Termin)

Leitung: Marlon Kurz

August	27.08.			
September	03.09.	10.09.	17.09.	24.09.
Oktober	01.10.	08.10.	29.10.	
November	05.11.	12.11.	19.11.	26.11.
Dezember	03.12.	10.12.	17.12.	
Januar	07.01.	14.01.	21.01.	28.01.



Gruppen am Donnerstag

„Die Freundinnen“

Klönen, Kaffeetrinken und kurzweilige Ausflüge



Die Gruppe der „Freundinnen“ trifft sich regelmäßig donnerstags zum Quatschen, Kaffee trinken, zum Bummeln oder um Ausflüge zu unternehmen. Genauso wie gute Freundinnen das eben so machen. Und sie freuen sich darauf, neue Teilnehmerinnen kennen zu lernen.

Zeit: wöchentlich 15.30-18.00 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Leitung: Kristin Köker & Brigitte Driftmann

Kursgebühr: 66,50 € (3,50 €/Termin)

August	28.08.			
September	04.09.	11.09.	18.09.	25.09.
Oktober	02.10.	09.10.	30.10.	
November	06.11.	13.11.	20.11.	27.11.
Dezember	04.12.	11.12.	18.12.	
Januar	08.01.	15.01.	22.01.	29.01.



Fitnessstudio „Workout“

Training am Donnerstag



Das Training im Workout ist ein fester Bestandteil in unserem Programm. Sehr viele Termine werden von Andrea Nordmeyer begleitet.

Zeit: wöchentlich 15.45 - 17.15 Uhr

Ort: „Workout“, Stiftsallee 93, Minden

Leitung Lebenshilfe vor Ort: Andrea Nordmeyer und Sandra Prieß

August	28.08.			
September	04.09.	11.09.	18.09.	25.09.
Oktober	02.10.	09.10.	30.10.	
November	06.11.	13.11.	20.11.	27.11.
Dezember	04.12.	11.12.	18.12.	
Januar	08.01.	15.01.	22.01.	29.01.

Kursgebühr: monatlicher Mitgliedsbeitrag für das herkömmliche Training. Es wird direkt mit dem Workout abgerechnet. Der Vertrag läuft ebenfalls über das Workout.

Achtung: In den Ferien ist es leider nicht immer möglich, dass wir mit euch zum Workout fahren. Manchmal können wir es über eine Einzelbetreuung möglich machen, aber manchmal müssen wir es leider auch ausfallen lassen.

-Inklusives Angebot-**ab 16 Jahre**

Theater-Werkstatt

Kulturstudio - gefördert von



Unter fachlicher Anleitung treffen sich alle Schauspielerinnen und Schauspieler zum Üben. Es wird mit bekannten Körper-Übungen gearbeitet. Sie dienen zum Warmwerden und Lockerwerden. Es gibt Übungen für die Stimme und für die Wahrnehmung. Es wird getanzt, gelacht und geschwiegen. Mal ist es sehr laut und bunt, mal ist es sehr leise und nachdenklich.

Alle sind willkommen. Alle können sich ausprobieren. Um mitmachen zu können reicht es, wenn du einfach neugierig bist.

Zeit: wöchentlich donnerstags 17.00 - 19.00 Uhr, vor Aufführungen können die Proben auch mal samstags sein.

Ort: LHCenter, Alte Sandtrift 4, 32425 Minden

Leitung: Birgit Klinksieck, Maja Pape

Mitglieds-Beitrag: 25 Euro pro Quartal, egal wie viele Termine stattfinden

August	28.08.			
September	04.09.	11.09.	18.09.	25.09.
Oktober	02.10.	09.10.	30.10.	
November	06.11.	13.11.	20.11.	27.11.
Dezember	04.12.	11.12.	18.12.	
Januar	08.01.	15.01.	22.01.	29.01.



Schwimmen Wettbewerbs- training



Für alle, die schon gut schwimmen können, besteht die Möglichkeit, ihre Ausdauer und Schwimmtechnik weiter zu verbessern. Dafür bietet der KSC Porta e.V. einmal wöchentlich eine Stunde intensives Schwimmtraining an. Ein Betreuer der Lebenshilfe ist vor Ort.

Diese Gruppe wird ohne zusätzliche Betreuung angeboten.

Zeit: wöchentlich 19.00 - 20.00 Uhr

Ort: Badezentrum Porta Westfalica

Kursgebühren: keine, dafür Mitgliedschaft beim KSC Porta e.V.

Leitung: Sascha Orth und Martin Stahlhut

September	04.09.	11.09.	18.09.	25.09.
Oktober	02.10.	09.10.	30.10.	
November	06.11.	13.11.	20.11.	27.11.
Dezember	04.12.	11.12.	18.12.	
Januar	08.01.	15.01.	22.01.	29.01.

Gruppen am Freitag

Sport und Spiel am Weserbogen

Laufen, lachen, toben

Du gehst in Bad Oeynhausen zur Schule? Du hattest nie die Möglichkeit, mit uns in Minden zu turnen, zu klettern und zu toben?

Aber du hast richtig Lust darauf? Da haben wir genau das Richtige für dich! Sport und Spiel am Weserbogen – unsere Sportgruppe in Bad Oeynhausen. Ähnlich wie in Minden können Bewegungslandschaften in der Turnhalle aufgebaut werden: es gilt dann zu balancieren, zu klettern oder sich mutig an einem Seil von einem Kasten zum anderen zu schwingen. Außerdem gibt es Slalomparcours auf den Rollbrettern, gemeinsame Spiele und Pausen zum Entspannen.



Zeit: wöchentlich 12.45 - 14.45 Uhr

Ort: Turnhalle der Schule am Weserbogen,
Heisenbergstr. 1, Bad Oeynhausen

Leitung: Carmen Mohammed

Kursgebühr: 59,50 € (3,50 €/Termin)

September	05.09.	12.09.	19.09.	26.09.
Oktober	10.10.	31.10.		
November	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.
Dezember	05.12.	12.12.	19.12.	
Januar	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.

Fußball - AG

Fußball verbindet Welten miteinander

Voraussetzung für diese Gruppe ist der Spaß am Fußballspielen, ein bisschen sportliches Können und vor allem der Wille, regelmäßig zu trainieren. Unsere Fußballer spielen schon seit Jahren erfolgreich in der Liga des BRSNW und die Mannschaften kommen von zahlreichen Fußballturnieren als Sieger nach Hause. Weiter so! Wer mitmachen möchte, kann nach Anmeldung gerne zu einem Probetraining kommen.



Zeit: wöchentlich 14.30 - 17.30 Uhr

Ort: In der Wintersaison ab ca. November in der Sporthalle der Wichernschule.

In der Sommersaison nach den Osterferien auf dem Sportplatz Hahler Feld.

Leitung: Thomas Ziegler & Lars Gräber

Kursgebühr: auf Anfrage

August	29.08.			
September	05.09.	12.09.	19.09.	26.09.
Oktober	10.10.	31.10.		
November	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.
Dezember	05.12.	12.12.	19.12.	
Januar	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.





„Rudi-Club“



Für alle unternehmungslustigen Kinder/Jugendliche bis ca. 18 Jahre

Freitagnachmittags wird gelacht, getobt und viel unternommen, denn dann trifft sich der Rudi-Club. Wir sind eine Gruppe für Kinder und Jugendliche, die gerne etwas mit anderen unternehmen und für jeden Spaß zu haben sind. Gemeinsam erstellen wir einen Plan was wir die nächsten Wochen unternehmen möchten.

Von selber kochen und backen, über spazieren gehen im Wald, einer Wasserschlacht oder einem Museumsbesuch, bis hin zum Minigolf oder einem Spielnachmittag ist alles und für jeden etwas dabei.

Auch neue Bekanntschaften und Freundschaften entstehen bei uns im Rudi-Club, Wir haben immer ein offenes Ohr für alle und versuchen bei Fragen und Problemen Rede und Antwort zu stehen.

Zeit: wöchentlich 15.30 - 18.00 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Kursgebühr: 90,- € (5 €/Termin)

Leitung: Nadja Bühren & Alicia Anyanwu

August	29.08.			
September	05.09.	12.09.	19.09.	26.09.
Oktober	10.10.	31.10.		
November	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.
Dezember	05.12.	12.12.	19.12.	
Januar	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.



Freitagsschwimmen

im Melittabad



Zwei Stunden Bewegung und Spaß nach Schulschluss.

Wer's kann und mag, zieht seine Bahnen im Schwimmerbecken. Die anderen können sich im Nichtschwimmerbereich vergnügen.

Zeit: wöchentlich 12.30 – 14.30 Uhr

zzgl. Fahrdienst

Ort: Melittabad Minden

Kursgebühren: 72,- € (4,-€/Termin)

Leitung: Patrick Viehoff/Sascha Orth

August	29.08.			
September	05.09.	12.09.	19.09.	26.09.
Oktober	10.10.	31.10.		
November	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.
Dezember	05.12.	12.12.	19.12.	
Januar	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.

-Inklusives Angebot-

Musik-Klub

ab 16 Jahre



Kulturstudio - gefördert von **Aktion Mensch**

Unter musikalischer Anleitung treffen sich alle Musikerinnen und Musiker und Sängerinnen und Sänger zum Üben. Damit das Kennenlernen und Ausprobieren einfacher ist, treffen sich alle Neuen an den Samstags-Terminen. Gemeinsam mit der Leitung wird dann geschaut, ob direkt zu den Freitags-Terminen gewechselt wird.

Oder ob besonderer Einzel-Unterricht in Anspruch genommen wird. Oder ob einfach die Samstags-Termine glücklich machen.

Alle sind willkommen. Alle können sich ausprobieren. Um mitmachen zu können reicht es, wenn du einfach neugierig bist.

Zeit: wöchentlich 17.00 - 19.00 Uhr

Ort: Musikschule Minden

Zeit: einmal im Monat, samstags, 15.00 – 17.00 Uhr

Ort: LHCenter, Alte Sandtrift 4, 32425 Minden

Leitung: Lisa Kunert

Mitglieds-Beitrag: 25 Euro pro Quartal - egal wie viele Termine stattfinden

Musik-Klub freitags

August	29.08.			
September	05.09.	12.09.	19.09.	26.09.
Oktober	10.10.	31.10.		
November	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.
Dezember	05.12.	12.12.	19.12.	
Januar	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.

Musik-Klub samstags

August	30.08.
September	20.09.
Oktober	18.10.
November	22.11.
Dezember	13.12.



Unsere Band „New Planets“ (oben) und rechts bei einer Bandprobe.





Eltern-Kind Schwimmen



Angebot-Nr.: 55791

Zwei Stunden Bewegung und Spaß nach Schulschluss.

Familien mit jüngeren Kindern mit und ohne Behinderung können sich im Schwimmbad der Wichernschule treffen. Im überschaubaren, ruhigen Umfeld der Schwimmhalle können die Eltern ihre Kinder behutsam ans Wasser gewöhnen und erste Schwimmversuche unternehmen.

Dafür bieten wir auch eine Teilnahme an 10 Terminen (**10er Karte**) an. Teilnahme mit einer Rehasportverordnung möglich.

Zeit: wöchentlich 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Schwimmhalle der Wichernschule

Leitung: Thomas Ziegler

Kursgebühr: 162,- € (9,- €/Termin)

10er Karte: 85,- € (Barzahlung vor Ort)

Geschwisterkinder ab dem 3. Kind zahlen die Hälfte

August	29.08.			
September	05.09.	12.09.	19.09.	26.09.
Oktober	10.10.	31.10.		
November	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.
Dezember	05.12.	12.12.	19.12.	
Januar	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.

Kegeln



Alle Neune oder Pumpenkönig?

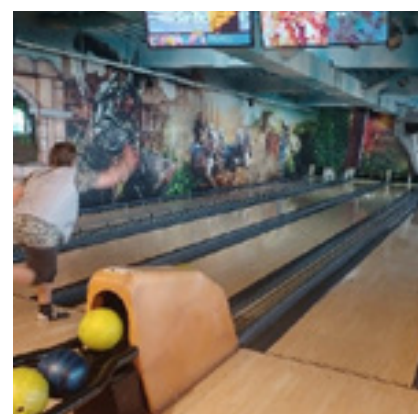
Die zwei Kegelgruppen treffen sich jeweils einmal im Monat, um die Kugeln rollen zu lassen. Zum Warmwerden geht es in die Vollen und im Laufe des Abends gibt es verschiedene Kegelspiele. Der Spaß und die Geselligkeit kommen auf jeden Fall auch nicht zu kurz.

Beide Gruppen finden zur Zeit bei „Morhoff“ in Petershagen statt.

Ort: Waldhotel Morhoff, Petershagen

Kursgebühr: (5,- €/Termin)

Zeit: 18.00 - 20.00 Uhr



Kegeln 1

September	05.09.	
Oktober	03.10.	31.10.
November	28.11.	
Dezember		
Januar	23.01.	

Kegeln 2

September	12.09.
Oktober	10.10.
November	07.11.
Dezember	05.12.
Januar	30.01.

Gruppen am Samstag

Samstagsprogramm



Samstags-Spaß und die Entdecker-Kids im 14-tägigen Wechsel

In dieser Gruppe stehen Ausflüge, Schwimmen gehen, Spielplatzbesuche und viele andere schöne Aktionen auf dem Programm. Die Gruppe „Samstags-Spaß“ und die Gruppe der „Entdecker-Kids“ treffen sich alle 14 Tage und werden von festen Betreuerenteams begleitet und unterstützt. „Die Entdecker-Kids“ haben schon eine Menge interessanter Ziele für Ausflüge entdeckt. Da die Gruppe so groß geworden ist, gibt es noch eine zweite Gruppe, den „Samstags-Spaß“.

Samstags-Spaß

Zeit: 14tägig 10.00 – 13.00 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Kursgebühr: 38,50 € (5,50 €/Termin, darin sind alle Sachkosten z.B. für Frühstück, Eintritte etc. enthalten).

September	06.09.	20.09.
Oktober		
November	15.11.	29.11.
Dezember	13.12.	
Januar	10.01.	24.01.

Entdecker-Kids

Zeit: 14tägig 10.00 – 13.00 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Kursgebühr: 44,- € (5,50 €/Termin, darin sind alle Sachkosten z.B. für Frühstück, Eintritte etc. enthalten).

August	30.08.	
September	13.09.	27.09.
Oktober		
November	08.11.	22.11.
Dezember	06.12.	
Januar	17.01.	31.01.



PLENGE & PLENGE
ARCHITEKTEN UND INGENIEURE



Fitnessstudio „Workout“



Training am Samstag

Beschreibung siehe Donnerstag.

Zeit: wöchentlich 11.00 - 12.30 Uhr

Ort: „Workout“, Stiftsallee 93, Minden

Leitung Lebenshilfe vor Ort: Andrea Nordmeyer/
Sandra Priß

September	06.09.	13.09.	20.09.	27.09.
Oktober	04.10.			
November	08.11.	15.11.	22.11.	29.11.
Dezember	06.12.	13.12.		
Januar	10.01.	17.01.	24.01.	31.01.

Kursgebühr: monatlicher Mitgliedsbeitrag für das herkömmliche Training.

Es wird direkt mit dem Workout abgerechnet. Der Vertrag läuft ebenfalls über das Workout.



Achtung: In den Ferien ist es leider nicht immer möglich, dass wir mit euch zum Workout fahren. Manchmal können wir es über eine Einzelbetreuung möglich machen, aber manchmal müssen wir es leider auch ausfallen lassen.

Musikgruppe

Mit Stimmen und Instrumenten



Die Musikgruppe findet einmal im Monat, in der Mehrzweckhalle der Lebenshilfe Wohnstätte statt.

Mit einem kleinen Musikinstrument nach Wahl drücken sich die Teilnehmenden aus. Es gibt Menschen, die nutzen gerne mehr als nur ihre Stimme um sich auszudrücken.

Zeit: 15.00-16.30 Uhr

Ort: Haus Lebenshilfe, Mehrzweckhalle,
Drabertstr. 19-21, Minden

Leitung: Tanja Landree und Vanessa Richter

Kursgebühr: 50,- € (10,- €/Termin)

September	13.09.
Oktober	25.10.
November	22.11.
Dezember	20.12.
Januar	17.01.



Gemeinsam losziehen

Alleine ist man stark, gemeinsam ist man unschlagbar

Die Gruppe macht ihr Programm selbstständig, bei Bedarf mit der Unterstützung von Björn und Naghmeh.

Hier gibt es keinen Fahrdienst und die Uhrzeiten können sich auch, je nach Planung, verändern.

Alle Teilnehmenden haben eine Planung zu Hause und wissen immer, was für das nächste Mal ansteht.



Zeit: 14tägig, 15.00 - 17.30 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Leitung: Björn Weiß und
Naghmeh Ahmadi Moghaddam Lahiji

**Gesellschaftliches Miteinander
liegt uns am Herzen ♥**

**IMMER MIT VOLLER
ENERGIE DABEI**



Ohne Fahrdienst und ohne
Kursgebühr

August	02.08.	
September	06.09.	20.09.
Oktober		
November	15.11.	29.11.
Dezember	13.12.	
Januar	10.01.	24.01.

Wir wünschen viel Spaß bei
allen Veranstaltungen!

www.mindener-stadtwerke.de

 **Mindener
STADTWERKE**
Energie. Für uns. Für morgen.

Samstagstreff

Aber bitte mit Sahne



Der Samstagstreff gehört schon lange zu unseren Angeboten und ist für viele Teilnehmer nicht mehr wegzudenken. Gemütlich Beisammensein bei Kaffee, Tee und Kuchen, damit beginnt der Samstagstreff. Danach werden die Teller schnell beiseite geräumt, um Platz zu schaffen für „Mensch-ärgere-dich-nicht“, Rommé, Mühle und andere Gesellschaftsspiele.

Wer nicht so gerne spielt, nutzt die Zeit zu einem kleinen Spaziergang und zu Gesprächen mit anderen Teilnehmern.

Zeit: 15.00 - 17.30 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Kursgebühr: 30,- € (5,- €/Termin), direkt vor Ort zu zahlen

Leitung: Brigitte Driftmann



September	06.09.
Oktober	04.10.
November	01.11.
Dezember	06.12.
Januar	10.12.

Ein Freund, ein guter Freund...

Gemeinsam statt einsam

Mit wem verbringt man gerne den Samstagabend, geht ins Kino, Essen oder Bowlen?

Mit guten Freunden natürlich! Wir freuen uns über euer Interesse und finden für jeden die passende Gruppen. Die Treffen finden 14-tägig am Samstagabend in der Zeit von 19.30 bis 22.00 Uhr statt. Dazu kommt der Fahrdienst.

Kursgebühr bei allen Gruppen: 2,50 €/Termin

Ausnahmen sind hierbei die **Gruppe 1 und Ein Freund IAW**

Die einzelnen Gruppen planen ihre Aktivitäten selbstständig und werden begleitet und unterstützt von festen Betreuerteams.



Ein Freund 1



Betreuerteam: Nele Nürge,
Mojgan Aghajani und Roland Schäfer

In den Ferien nach Absprache

August	30.08.		
September	13.09.	27.09.	
Oktober	11.10.	25.10.	
November	08.11.	22.11.	
Dezember	06.12.	20.12.	
Januar	03.01.	17.01.	31.01.

Ein Freund 3



Betreuerteam: Carmen Mohammed,
Vanessa Richter und Agnes Graalmann
Kursgebühr: 30,- € (2,50 €/Termin)

In den Ferien nach Absprache

August	30.08.		
September	13.09.	27.09.	
Oktober	11.10.	25.10.	
November	08.11.	22.11.	
Dezember	06.12.	20.12.	
Januar	03.01.	17.01.	31.01.

Ein Freund 4



Betreuerteam: Anna Bikliqi,
Marlon Kurz und Ninee Thiabthiam
Kursgebühr: 22,50 € (2,50 €/Termin)

In den Ferien nach Absprache

September	06.09.	20.09.
Oktober	04.10.	18.10.
November	15.11.	29.11.
Dezember	13.12.	
Januar	10.01.	24.01.

Ein Freund 5



Betreuerteam: Michael Batzler
und Susanne Flaake
Kursgebühr: 30,- € (2,50 €/Termin)

In den Ferien nach Absprache

August	30.08.		
September	13.09.	27.09.	
Oktober	11.10.	25.10.	
November	08.11.	22.11.	
Dezember	06.12.	20.12.	
Januar	03.01.	17.01.	31.01.





Ein Freund 6



Betreuerteam: Lidia Zorn,
Heike Beckmann und Katrin Wendland
Kursgebühr: 22,50 € (2,50 €/Termin)

September	06.09.	20.09.
Oktober	04.10.	18.10.
November	15.11.	29.11.
Dezember	13.12.	
Januar	10.01.	24.01.

In den Ferien nach Absprache

Ein Freund 7



Betreuerteam: Saskia Hülskämper
Kursgebühr: 30,- € (2,50 €/Termin)

August	30.08.		
September	13.09.	27.09.	
Oktober	11.10.	25.10.	
November	08.11.	22.11.	
Dezember	06.12.	20.12.	
Januar	03.01.	17.01.	31.01.

In den Ferien nach Absprache

Ein Freund IAW



Betreuerteam: Sabine Hanken-Wulf
und Patrik Müller
Uhrzeit: 14.00 - 18.00 Uhr
Kursgebühr: keine, da IAW

Nicht in den Ferien

September	27.09.
Oktober	
November	29.11.
Dezember	
Januar	31.01.

BOWLER'S WORLD

BOWL DICH GLÜCKLICH

Bowling mit Familie und Freunden in entspannter Atmosphäre. Der Spaß ist garantiert – und das auf 9 Bahnen!

JETZT BAHN BUCHEN!

Infos und Reservierung unter Tel.: 05721-76970
und info@bowlers-world.de
Pillauer Str. 10 · Stadthagen · www.bowlers-world.de

Gruppen am Sonntag

LEA Leseclub

Literatur in einfacher Sprache



Jeder Mensch hat ein Recht auf Literatur: auf das geschriebene Wort, auf geschriebene Geschichten. Für Erwachsene mit Einschränkungen ist es schwer Literatur in einfacher Sprache zu finden.

In unserem Vorlesecafé werden Bücher in einfacher Sprache gemeinsam gelesen. Man muss nicht selber lesen können. Wir machen immer kurze Pausen, um Fragen oder schwere Wörter zu erklären.

Wir freuen uns über neue Mitleser!

Zeit: 14tägig 15.00 – 17.00 Uhr

Ort: ein nettes Café

Leitung: Susanne Kühn-Kowarz

Kursgebühr: keine/Taschengeld

August	31.08.	
September	14.09.	28.09.
Oktober		
November	09.11.	23.11.
Dezember	07.12.	21.12.
Januar	18.01.	

Kreativgruppe

Mit Pinsel und Schere zum Künstler



Aus den unterschiedlichsten Materialien lassen sich schöne Dinge selbst herstellen. Windlichter, Fensterbilder, Grußkarten und vieles andere mehr sind die Ergebnisse der monatlichen Treffen. Die Kursleiterin und die Betreuer geben Anregungen und Gestaltungsvorschläge und helfen und unterstützen bei den einzelnen Arbeitsschritten.

Zeit: 1x monatlich 14.00 – 17.00 Uhr

Ort: LHCenter, Freizeittreff, Schillerstr. 73a

Kursgebühr: 30,- € (6,- €/Termin) zzgl. Umlage für Materialkosten 4,50 € pro Termin

Leitung: neues Team

September	21.09
Oktober	12.10.
November	16.11.
Dezember	14.12.
Januar	18.01.



-Inklusives Angebot-**ab 16 Jahre**

Kunst-Raum

Kulturstudio - gefördert von

Unter künstlerischer Anleitung treffen sich alle Künstlerinnen und Künstler. Bei diesem Angebot gibt es keine feste Ausrichtung. Die Künstlerinnen und Künstler entscheiden mit der Leitung gemeinsam, was gemacht wird. In diesem Angebot kann gemalt werden. Es kann mit Stoffen und Textilien gearbeitet werden. Es können neue Richtungen ausprobiert werden. Und es können neue Ideen entstehen.

Zeit: 14-tägig**Ort:** LHCenter, Alte Sandtrift 4,
32425 Minden**Leitung:** Sheela Jaensch**Mitglieds-Beitrag:** 25 Euro pro Quartal,
egal wie viele Termine stattfinden

September	07.09.	21.09.	
Oktober	05.10.		
November	02.11.	16.11.	30.11.
Dezember	14.12.		
Januar	11.01.	25.01.	

„Die Waldläufer“

Über Stock und Stein



Mit den „Waldläufern“ wollen wir alle Kinder und Jugendliche ansprechen, die nicht gerne still auf dem Stuhl sitzen, sondern sich lieber in der Natur bewegen und austoben. Es geht hinaus in den Wald oder auf den Berg - auf jeden Fall nach draußen. Wir wollen ausgiebig wandern, laufen oder klettern, um uns selbst und auch die Natur zu erfahren.

Alle, die mitmachen, sollten robuste, wetterfeste Kleidung und gutes Schuhwerk anziehen.
Und dann kann's auch schon losgehen.

Zeit: 14-tägig 14.00 – 17.00 Uhr**Ort:** Start ab LHCenter bzw. nach Absprache**Leitung Waldläufer:** Martin Stahlhut, Björn Weiß,
Annika Schäfer**Kursgebühr:** 27,- € (3,- €/Termin)

September	07.09.	21.09.	
Oktober	05.10.		
November	02.11.	16.11.	30.11.
Dezember	14.12.		
Januar	11.01.	25.01.	

Tanzen und mehr



Für Rollifahrer und Fußgänger

In dieser Gruppe geht es um die Freude an der Bewegung und der Musik.

Wer Spaß hat, mit netten Menschen 14-tätig am Sonntagnachmittag ausgelassen zu tanzen ist hier genau richtig!

Zeit: 14-tätig 14.30 - 16.00 Uhr

Ort: LHCenter, Halle, Schillerstr. 73a

Leitung: Denny Rößler

Kursgebühr: 42,- € (6,- €/Termin)



August	30.08.	
September	14.09.	28.09.
Oktober		
November	09.11.	23.11.
Dezember	07.12.	
Januar	18.01.	



Ferienspiele

Verlässliche Betreuung und inklusive Angebote

Ferien – das bedeutet bei uns Spiel, Spaß, Action und eine tolle Zeit für Kinder und Jugendliche. Es bedeutet aber auch Entlastung für Eltern, die berufstätig sind. Unser buntes Ferienprogramm findet in unterschiedlichen Gruppen, je nach den persönlichen Bedarfen statt.

Unterstützt werden die Kids von hauptamtlichen wie auch ehrenamtlichen Mitarbeitenden, die unseren Feriengästen eine fröhliche Zeit ermöglichen. Wir bauen unser Ferienspielangebot laufend weiter aus und streben weitere inklusive Kooperationen an. Das Kreativzentrum Anne Frank unterstützt uns in diesem Bereich schon seit vielen Jahren und wird uns weiter erhalten bleiben.

Bei den inklusiven Angeboten nehmen die Kinder/Jugendlichen an den Ferienspielen anderer Ferienspielanbieter teil, werden aber durch unsere Mitarbeitenden begleitet. Unsere Mitarbeitenden sind an der Vorbereitung der Ferienspiele beteiligt, so dass schon bei der Planung darauf geachtet wird, dass alle mitmachen können. Für die Kinder/Jugendlichen bedeutet es vor Ort mehr Sicherheit durch gewohnte Betreuer. Wer daran Interesse hat, kann uns gerne ansprechen und sein Kind direkt dafür anmelden.

Herbstferien 1

Oktober	13.10.	14.10.	15.10.	16.10.	17.10.
---------	--------	--------	--------	--------	--------

Herbstferien

Oktober	20.10.	21.10.	22.10.	23.10.	24.10.
---------	--------	--------	--------	--------	--------



Änderungen im Bereich der Ferienspiele



Sachkosten 10,50 € pro Tag

Bei der verbindlichen Anmeldung eines Kindes berechnen wir immer eine ganze Woche - auch wenn nur tageweise teilgenommen wird.

Bei den Sachkosten handelt es sich um eine Mischkalkulation (Verpflegung, Material, Ausflüge, Eintrittsgelder etc.). Aufgrund dessen können wir einzelne Kosten nicht rauskalkulieren.

Bitte beachten Sie

Ihr Kind sollte bei Abholung / Ankunft bereits ein kleines Frühstück zu sich genommen haben, auf der Toilette gewesen sein und eingecremt worden sein.

Bitte achten Sie darauf, dass Ihr Kind keine Wertsachen wie Smartphone oder Kamera bei sich trägt und sorgen Sie dafür, dass alle Kleidungsstücke mit Namen versehen sind.

Bitte halten Sie uns regelmäßig über Änderungen bezüglich Ihres Kindes (Medikamentenplan, Wesensänderungen etc.) auf dem Laufenden.

Anmeldefrist

4 Wochen vor Beginn der Ferien endet die Anmeldefrist. Eine Anmeldung kann unter der E-Mail Adresse: freizeit@lebenshilfe-minden.de oder über die Zentrale unter 0571-9740500 erfolgen. Spätere Anmeldungen können nur in persönlicher Absprache, bedingt berücksichtigt werden. Eine Woche vor Beginn der Ferienspiele bekommen Sie die Abholzeiten Ihres Kindes per E-Mail oder Telefon bereitgestellt.

Sollte Ihr Kind krank werden, melden Sie Ihr Kind bitte frühzeitig ab, ansonsten berechnen wir 10,- € pro Tag Ausfallgebühr.

Mit einer verbindlichen Anmeldung akzeptieren Sie die obenstehenden Regelungen zu unseren Ferienspielen.



Urlaub

... so normal wie möglich -
auch für Menschen mit stärkerer Beeinträchtigung



Na, Lust mitzufahren?

Der Reiseprospekt 2026 wird im September 2025 verschickt!

Wer ihn bislang noch nicht bekommen hat, kann ihn im Büro unter der Tel.: 0571-9740500 anfordern oder dann auf unserer Homepage www.lebenshilfe-minden.de einsehen. Reisevorschläge werden gerne entgegengenommen unter ahoischen@lebenshilfe-minden.de



Die Lebenshilfe Minden e.V. dankt der EDEKA Minden-Hannover Stiftung für die großzügige Unterstützung unserer Reisen.

Ohne diese Förderung könnten unsere Reisen nicht stattfinden.



Reisen ohne Koffer

Urlaubsangebote für Erwachsene

Schülerinnen und Schüler nehmen seit über 25 Jahren an unseren Ferienspielen teil. Das macht den Kindern Spaß und bedeutet für die Familien Entlastung.

Und was ist mit den Erwachsenen? Die haben doch auch freie Zeit und können nicht immer verreisen?! Genau für die ist dieses Angebot gedacht. Wir bieten über das Jahr zu unterschiedlichen Terminen Reisen ohne Koffer an. Die aktuellen Wochen schreiben wir auch immer noch einmal im Freizeitheft aus.

Wir schauen, dass die jeweilige Gruppe nicht zu groß wird, denn alle sollen sich an den genauen Planungen und den Aktionen der Woche beteiligen können. Es wird gespielt, gebacken und gelacht.

Wir machen kleine Ausflüge ins nahe Umland und schauen auf jeden Fall immer nach, was der Kaiser Wilhelm gerade so macht! Das Programm richtet sich aber immer danach, was die Teilnehmenden können und wollen. Wichtig dabei ist – geschlafen wird zu Hause!

Die Sachkosten betragen 10,50 € pro Tag.

Die Betreuungskosten werden wie bei den Ferienspielen abgerechnet.

Maximal 12 Teilnehmende sind möglich.

Der Anmeldeschluss ist 3 Wochen vor dem Termin.

Wir bieten einen Fahrdienst an.



Die nächsten Termine

- **08.09. - 12.09.25**
- **27.10. - 31.10.25**

Der Vorstand

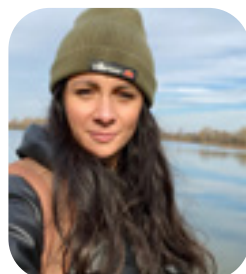
Willkommen bei der Lebenshilfe Minden e.V.

Der Name unseres Vereins ist gleichzeitig auch die kürzeste Zusammenfassung unseres Programms.

Denn unser Ziel ist, geistig behinderten Menschen und ihren Familien konkrete Hilfen im Alltag anzubieten. Wir tun alles, damit jeder Mensch mit geistiger Behinderung so selbstständig wie möglich leben kann. Wir wollen ihm so viel Schutz und Unterstützung geben, wie er individuell für sich braucht. Die Lebenshilfe Minden ist ein Elternverein. Sie ist auch eine Vereinigung, die die Selbstbestimmung von Menschen mit geistiger Behinderung unterstützt. Schließlich ist die Lebenshilfe ein Dienstleistungsanbieter verschiedener Hilfen für unsere Kunden.



Ich bin **Pirkko Kleine**, 58 Jahre alt, verheiratet und habe zwei Kinder. Meine 20-jährige Tochter Brianna wurde mit einem Handicap geboren, wodurch ich zur Lebenshilfe gekommen bin. Ich lebe gemeinsam mit meinem Mann in Hille-Südhemmern und arbeite hauptberuflich als Fachkrankenschwester für Intensiv- und Anästhesiepflege im Herz- und Diabeteszentrum Bad Oeynhausen. Inzwischen ist meine Tochter ausgezogen und wohnt in einem Haus der Lebenshilfe. Im Vorstand bin ich schon seit einigen Jahren aktiv und ab Mai letzten Jahres als **Vorstandsvorsitzende** tätig.



Mein Name ist **Selma Wenzel**, ich bin 43 Jahre alt, Mutter von drei Kindern und lebe mit meiner Familie in Minden. Mein ältester Sohn, der mittlerweile 18 Jahre alt ist, wurde mit einem Handicap geboren, was uns frühzeitig in Kontakt mit der Lebenshilfe gebracht hat. Diese Erfahrungen haben mich stark geprägt und dazu bewegt, mich ehrenamtlich für mehr Teilhabe und Inklusion zu engagieren: Seit Mai dieses 2024 bin ich im Vorstand als zweite Vorsitzende tätig. Neben meinem Engagement studiere ich im Master Umwelt- und Regionalplanung an der Leibniz Universität und arbeite nebenbei für das Institut für Umweltplanung.



Mein Name ist **Gregor Fendel**. Ich bin 65 Jahre alt und war bis zu meinem Ruhestand stellvertretender Schulleiter der Schule am Weserbogen in Bad Oeynhausen. Seit vielen Jahren bin ich Mitglied in der Lebenshilfe und seit einigen Jahren auch als Kassenwart im Vorstand. Mir ist immer wichtig, meine Erfahrungen aus meiner Tätigkeit an einer Förderschule in die Vorstandsarbeit einzubringen.



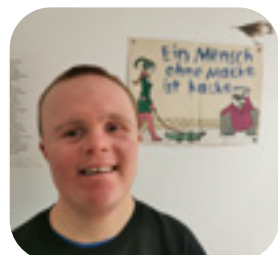
Mein Name ist **Janina Dustmann**, ich bin 64 Jahre alt, habe zwei Kinder und lebe in Minden.

Durch meine Tochter bin ich zur Lebenshilfe gekommen und dort seit einigen Jahren mit im Vorstand tätig.



Mein Name ist **Inke Pfeiffer** und ich bin im Vorstand der LH als Schriftführerin tätig. Ich bin 52 Jahre alt und wohne mit meinem Mann und meinen drei Töchtern in Porta Westfalica-Neesen. Meine Tochter Svea (18 Jahre) nimmt regelmäßig an dem tollen Freizeitangebot der LH teil.

In meiner Freizeit reite ich und spiele Tennis. Ich bin von Beruf Polizeibeamtin und lehre derzeit als Dozentin an der Hochschule für Polizei und öffentliche Verwaltung in Bielefeld. Im Vorstand arbeite ich bereits seit mehreren Jahren mit und gestalte zusammen mit vielen anderen das AKKU.



Mein Name ist **Moritz Beckebans** und 37 Jahre alt. Ich bin seit 2018 im Vorstand. Ich bin im ABW vom Wittekindshof. Bei der Lebenshilfe bin ich in der Ein Freund Gruppe.

Früher habe ich auch Fußball und Theater gespielt. Auch Tauchen habe ich mit der Lebenshilfe gemacht. Ich habe ein Handicap. Ich arbeite gerne im Vorstand mit, auch wenn es mal länger wird



Mein Name ist **Meike Deterding**, ich bin 48 Jahre alt, verheiratet und habe zwei Kinder. Über meine Tochter Lotta bin ich zur Lebenshilfe gekommen und dort mittlerweile seit mehreren Jahren im Vorstand tätig.

Ich lebe gemeinsam mit meiner Familie in Minden und bin beruflich als selbstständige Rechtsanwältin tätig.



Mein Name ist **Eckhard Rüter**. Ich bin 63 Jahre alt. Mein ältester Sohn hat mehrere Handicaps. Seit 1997 bin ich bereits im Vorstand der Lebenshilfe Minden aktiv.

Als Vorsitzender der Beiräte für Menschen mit Behinderung der Stadt Minden und des Kreises Minden-Lübbecke sind mir die Inklusion der Menschen mit Handicap in allen Lebensbereichen und die Vernetzung der Institutionen ein wichtiges Anliegen



Mein Name ist **Ralf Zuther**, ich bin 38 Jahre alt und seit meinem sozialen Jahr 2004 eng mit dem Lebenshilfe Minden e.V. verbunden. Bis 2023 war ich sowohl in Voll- als auch in Teilzeit in verschiedenen Bereichen der Lebenshilfe e.V. und der Lebenshilfe Arbeit gGmbH tätig.

Seit Kurzem freue ich mich, mich in die Vorstandsarbeit einbringen zu können, um gemeinsam mit engagierten Eltern und Selbstvertretern die Zukunft der Organisation mitzugestalten. Beruflich bin ich als Bildungsbegleiter im Berufsbildungsbereich der Diakonischen Werkstätten tätig.

Der Lebenshilferat

Vertritt die Selbsthilfegruppe Lebenshilfe Minden

Seit Anfang 2010 vertritt der Lebenshilferat die Interessen der Menschen mit Behinderung in der Lebenshilfe Minden.

Der Rat ist offen für die Wünsche und Anregungen, dienen als „Kummerkasten“ und sind die Selbstvertreter für die Lebenshilfe Minden. Vor allem kümmern sie sich um die Bereiche, in denen die Lebenshilfe Minden besonders aktiv ist, wie Freizeitaktivitäten, Ambulant Betreutes Wohnen oder auch Arbeit. Wenn etwas in diesen Bereichen nicht gut ist oder gut läuft, wenn Sie Verbesserungsvorschläge oder Wünsche haben, wenden Sie sich bitte an das Büro der Lebenshilfe oder per mail an Ihrrat@lebenshilfe-minden.de



Name: Tobias Blickle

Alter: 45 Jahre

Ich bin seit 2009 im Lebenshilfe-Rat.

Ich arbeite in der Telefonzentrale der Lebenshilfe.



Name: Elga Rodenberg

Alter: 54 Jahre

Ich bin seit 2009 im Lebenshilfe-Rat.

Ich arbeite im ACW II an der Zentrale und in der Verpackung.

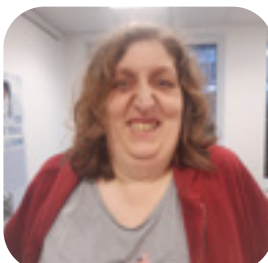


Name: Gabriele Eisenbraun

Alter: 65 Jahre

Ich bin seit 2018 im Lebenshilfe-Rat.

Ich arbeite im ACW II in der Verpackung.

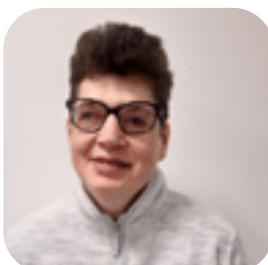


Name: Nadine Feldmann

Alter: 44 Jahre

Ich bin seit Anfang 2024 im Lebenshilfe-Rat.

Ich arbeite seit 25 Jahren im ACW II in der Montage und Verpackung.



Name: Anja Nahrwold

Alter: 56 Jahre

Ich bin seit Anfang 2024 im Lebenshilfe-Rat.

Ich arbeite seit 31 Jahren im ACW II im Elektrobereich.

Das Team und seine Aufgaben



Jochen Rogmann
Geschäftsführung/Beratung
Tel.: 05 71 / 97 40 50 13
jrogmann@lebenshilfe-minden.de

Team der Geschäftsführung

Jochen Rogmann und **René Niestrat** sind gemeinsam in der Gesamtverantwortung aller Dienste der Lebenshilfe Minden. In gegenseitiger Vertretung sind sie verantwortlich für die fachlichen und administrativen Abläufe, den wirtschaftlichen Erfolg und die Weiterentwicklungen des Vereins und seiner Gesellschaften. Sie unterstehen dem von der Mitgliederversammlung gewählten Vorstand und setzen dessen Beschlüsse um. Sie fördern und unterstützen die Bereichsleitungen und weiteren Verantwortlichen bei ihren täglichen Herausforderungen.



René Niestrat
Geschäftsführung/Verwaltung
Tel.: 05 71 / 97 40 50 15
rniestrat@lebenshilfe-minden.de

Verwaltungsleitung

um die ordnungsgemäße Abwicklung aller administrativen Prozesse (Buchhaltung, Lohn- und Kundenabrechnung, Digitalisierung...) kümmert sich **René Niestrat** mit seinem Verwaltungsteam.

Beratung

ist eine Kernaufgabe unseres Vereins seit 1990. Erstberatung, Vermittlung von Hilfen in Krisensituationen und bei Antragstellungen, Unterstützung in heilpädagogischen Fragestellungen werden durch **Jochen Rogmann** geleistet.



Claudia Knoll
Tel.: 05 71 / 97 40 50 16
cknoll@lebenshilfe-minden.de

Freizeit, Sport, Ferienspiele und Reisen

Unser Freizeitteam setzt sich zusammen aus **Claudia Knoll, Anika Hoischen und Lars Gräber**.

Unser vielfältiges Freizeit-, Bildungs-, Sport- und Reiseangebot spricht Teilnehmer mit unterschiedlichen Fähigkeiten an.

Wir ermöglichen ihnen damit Kontakte zu Menschen mit und ohne Behinderung. Qualifizierte Gruppen- und Übungsleiter werden durch geschulte Assistenten unterstützt.

Sie gestalten auch Angebote für Menschen mit sehr schweren Behinderungen. Gerne arbeiten wir mit Partnern und Vereinen im Sinne einer inklusiven Freizeitgestaltung zusammen.

In der gesamten Ferienzeit von NRW machen wir Kindern und Jugendlichen mit und ohne Behinderung Angebote für Unternehmungen, Ausflüge und Beschäftigung.

**Anika Hoischen**

Tel.: 05 71 / 97 40 50 14

ahoischen@lebenshilfe-minden.de

In unterschiedlichen Gruppen erleben sie an verschiedenen Standorten Ferientage, die Ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten entsprechen. So können Eltern auch in langen Ferienzeiten ihrer Berufstätigkeit nachgehen. Ihre

Ansprechpartnerin bei Fragen im Bereich Freizeit, Sport, Ferienspiele und Reisen ist die Bereichsleitung **Claudia Knoll**.

**Lars Gräber**

Tel.: 05 71 / 97 40 50 14

lgraeber@lebenshilfe-minden.de

Acht bis zehn Reisen geben auch Menschen mit sehr schweren Behinderungen die Möglichkeit, einen Urlaub so normal wie möglich zu verbringen.

Für die Angehörigen schaffen diese Reisen Freiräume, von der alltäglichen Betreuung und Pflege auszuspannen. **Anika Hoischen** ist neben ihrer Arbeit im Freizeitteam für unsere Reisen verantwortlich. Sie freut sich über Anregungen zu neuen Reisezielen.

**Sagitta Sikora**

Tel.: 0571/97 40 50 23

ssikora@lebenshilfe-minden.de

Einzelbetreuung und Schulbegleitung

Bei der Einzelbetreuung übernehmen Mitarbeiter der Lebenshilfe im Rahmen von Betreuungspatenschaften für ein paar Stunden nach Bedarf oder regelmäßig die Aufgaben der Eltern, bzw. der pflegenden Angehörigen.

Neue Kontakte und Erlebnisse für die Menschen mit Behinderung und individuelle Entlastung der betreuenden Angehörigen sind ein großer Gewinn für die Familien.

Schulbegleitungen ermöglichen Schülern mit Behinderung den Besuch einer Regelschule oder stellen den Verbleib eines Menschen mit sehr schweren Behinderungen an einer Förderschule sicher.

Die Bereichsleitung **Sagitta Sikora** wird bei Planung und Koordination der Einzel- sowie Schulbetreuung unterstützt von **Jacqueline Pöstges**.

**Jacqueline Pöstges**

Tel.: 05 71 / 97 40 50 23

jpoestges@lebenshilfe-minden.de



Janine Hillmann

Tel.: 05 71 / 97 40 50 34

jhillmann@lebenshilfe-minden.de

Ambulant Betreutes Wohnen

Selbstbestimmt nach den eigenen Vorstellungen in den eigenen vier Wänden wohnen ist das Motto dieser Hilfe.

Hilke Droste und **Janine Hillmann** unterstützen mit ihrem Teams Menschen mit Behinderung bei allen Aufgaben des täglichen Lebens: Haushalt, Einkauf, Nachbarn, Behörden, Freizeit, Kontakte uvm. Mit der laufenden Entwicklung neuer Wohnprojekte gehen wir auf individuelle Bedürfnisse ein.



Hilke Droste

Tel.: 05 71 / 97 40 50 20

hdroste@lebenshilfe-minden.de

Fachdienst Wohnen

Menschen, die bald in ein neues Zuhause einziehen möchten, erhalten hier Unterstützung: Wohnungssuche - Beratung, was passt, zu mir - Angehörige beraten - Mitbewohner kennen lernen – Wohnen üben. Der FD Wohnen wird von **Aktion Mensch** unterstützt.



Anette Vahrenhorst

Tel.: 05 71 / 97 40 50 11

avahrenhorst@lebenshilfe-minden.de

Personalverwaltung und AKKU-Redaktion

Selbstbestimmung und Mitgestalten sind Menschenrechte, bei denen Menschen mit Behinderung Unterstützung benötigen. Die Zukunft der Lebenshilfe Minden wird mitbestimmt durch den gewählten Lebenshilfe-Rat. Die AKKU Redaktion ist beteiligt an der Gestaltung unserer Zeitschrift für und von Menschen mit und ohne Behinderung.



Heike Gornik

Tel.: 05 71 / 97 40 50 12

hgornik@lebenshilfe-minden.de

Abrechnung und Buchhaltung

Menschen mit Behinderung verfügen in der Regel über ein Budget aus Leistungen zur Eingliederungshilfe und Pflege. Aus diesem Budget können die vielfältigen Hilfen finanziert werden.

Aus finanziellen Gründen sollen keine Hilfen scheitern. Beratung erhalten die Kunden bei der Geschäftsführung und bei **Heike Gornik**.

Gem. Lebenshilfe Arbeit GmbH

Die Lebenshilfe Arbeit ist eine Integrationsunternehmen. Vor allem Menschen mit Behinderung erhalten hier die Chance auf einen festen Arbeitsplatz. In heimischen Unternehmen arbeiten diese im Rahmen von Dienstleistungsverträgen oder Personaldienstleistung. Sie werden in besonderer Weise gefördert und unterstützt von den Mitarbeitern ohne Behinderung im Unternehmen.

Unter der Regie der Geschäftsführung betreuen die Bereichsleiter folgende Arbeitsbereiche derzeit eigenverantwortlich:

Verwaltung



Johanna Brandt-Müller

0571-97405026

jbrandt-mueller@lebenshilfe-minden.de

Bereichsleitung/Disposition



Efkan Ates

0571-97405025

eates@lebenshilfe-minden.de

Bereichsleitung/Projekt-Strukturförderung



Robert Pavlista

0571-97405025

rpavlista@lebenshilfe-minden.de

Buchhaltung



Arthur Klastreich

0571-97405026

aklastreich@lebenshilfe-minden.de

Telefonzentrale

Für einen freundlichen Empfang an der Zentrale am Eingang und am Telefon sorgen unsere Mitarbeiter der Telefonzentrale. Sie helfen Ihnen weiter und geben Ihnen die richtige Auskunft oder vermitteln Sie an die zuständigen Kollegen.



v.links: Tobias Blickle, Ramona Sieg, Bastian Leimbach Tel.: 05 71 / 97 40 50 0, zentrale@lebenshilfe-minden.de

Der Paritätische Kreisgruppe Minden-Lübbecke

Simeonstraße 19, 32423 Minden, Tel.: 0571 82802-0
minden-luebbecke@paritaet-nrw.org
www.minden-luebbecke.paritaet-nrw.org



- Wir sind Partner für alle, die sich freiwillig engagieren oder als Träger eigener sozialer Angebote Verantwortung für das Gemeinwohl übernehmen wollen. Wir unterstützen und fördern unsere Mitgliedsorganisationen, vertreten ihre Anliegen gegenüber Politik und Verwaltung.
- Wir sind Partner für alle, die soziale Dienste und Einrichtungen benötigen. Wir vermitteln zu Mitgliedsorganisationen vor Ort zurzeit 3000 in NRW) und unterstützen Selbsthilfe-Aktivitäten.

Wir verändern.

Partner für soziale Arbeit.

PariSozial Minden-Lübbecke/Herford

Simeonstraße 19, 32423 Minden, Tel.: 0571 82802-0
info@parisozial-mth.de
www.parisozial-minden-luebbecke-herford.de



- | | |
|-------------------------------------|--|
| ■ Ambulante häusliche Pflege | ■ Krebsberatung |
| ■ Behandlungspflege | ■ Betreutes Wohnen |
| ■ Verhinderungspflege | ■ Familienpflege |
| ■ Hilfen im Haushalt | ■ Sozialberatung |
| ■ Beratung für pflegende Angehörige | ■ Schuldner- und Insolvenzberatung |
| ■ Hausnotruf | ■ Familien- und Erwachsenenbildung |
| ■ Betreuung Schwerstbehinderter | ■ Prima – Frühe Hilfen |
| ■ Tagespflege | ■ Entlastungsleistungen für Angehörige |
| ■ Demenzfachdienst | ■ Freiwilligen Agentur |
| ■ Stationäres Hospiz „veritas“ | ■ Selbsthilfe-Kontaktstelle |

Wir sind für Sie da.

Wir feiern

725 Jahre
Lebensmittel
Punkt

ES ERWARTEN SIE:

- SPANNENDE MARKTAKTIONEN
- WÖCHENTLICHE JUBILÄUMS-KRACHER
- UND VIELES MEHR!

Weitere Infos zu unserem Jubiläum unter [wez.de](https://www.wez.de)



WEZ