

Mit uns ist zu rechnen!
Selbst-Vertreter stärken sich!
Der **Kongress**. Für uns. Für alle.

29. – 31. August 2019 in Leipzig



Selbstvertretung

Na klar.



Programm-Heft
in Leichter Sprache

Das Programm kann sich ändern.

Bitte sehen Sie immer auch im Internet nach.

Dieses Programm wurde im April 2019 veröffentlicht.

Veranstalter

Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V.

Raiffeisenstraße 18
35043 Marburg
Tel.: 06421 491 0
Fax: 06421 491 167

Leipziger Platz 15
10117 Berlin
Tel.: 030 206 411 0
Fax: 030 206 411 204

bundesvereinigung@lebenshilfe.de
www.lebenshilfe.de

In Kooperation mit der Universität Leipzig

Illustrationen Copyright

Europäisches Easy-to-Read-Logo: Inclusion Europe

Logo Mensch zuerst:

Netzwerk People First Deutschland e.V.,
www.menschzuerst.de

Innenseiten: Reinhild Kassing

Fotografie Copyright

Seite 1: © Jan Pauls / Lebenshilfe

Seite 5: © Hans D. Beyer / Lebenshilfe

Der Text ist geprüft von den Prüferinnen und Prüfern
vom Wetterauer Büro für Leichte Sprache:
Thomas Kester, Ute König, Vinzenz Schaupp



UNIVERSITÄT
LEIPZIG



Der Selbstvertreter-Kongress wird im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20 h Sozialgesetzbuch V finanziert durch die BARMER. Gewährleistungs- oder Leistungsansprüche gegenüber den Krankenkassen können daraus nicht erwachsen. Für die Inhalte und Gestaltung ist die Bundesvereinigung Lebenshilfe e.V. verantwortlich.

BARMER

Vielen Dank!

Gefördert durch die
**AKTION
MENSCH**

Herzlich Willkommen!

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kolleginnen und Kollegen!

Herzlich Willkommen in Leipzig!

Sie sind gekommen.

Wir freuen uns sehr.

Ein Kongress ist eine **Tagung**.

Selbst-Vertretung ist unser Thema.

Selbst-Vertretung heißt: Ich mache was für mich.

Selbst-Vertretung ist für uns alle wichtig.

Sascha Ubrig sagt:

Ich habe selber eine Beeinträchtigung.

Ich finde:

Mit uns geht man oft nicht gut um.

Aber ich traue mich zu sagen:

So nicht!

Ich setze mich für mich selbst ein.

Und auch für die anderen.

Wir wollen alle Menschen mit Beeinträchtigung stärker machen.

Tina Winter sagt:

Ich habe eine Tochter mit Down-Syndrom.

Down-Syndrom ist eine Beeinträchtigung.

Ich setze mich bei der Lebenshilfe ein.

Das tue ich auch für mich selbst.

Ich bin also auch eine Selbst-Vertreterin.

Bei dem Kongress geht es um:

Menschen mit Beeinträchtigung.

Und es geht um Selbst-Vertretung.

Jeder Mensch kann Selbst-Vertretung

Selbst-Vertretung heißt:

Ich zeige:

- Das finde ich gut.
- Das finde ich nicht gut.



Menschen können immer neue Sachen lernen.

Beim Kongress geht es um Selbst-Vertretung.

Zum Beispiel:

- Im Wohn-Beirat oder
- Im Lebenshilfe-Rat
- Im Vorstand der Lebenshilfe



Wir wollen miteinander sprechen.

Wir glauben:

Wir können uns gegenseitig stärken.

Wir machen 3 Treffen für alle zusammen:

- am Anfang
- in der Mitte
- am Ende vom Kongress

Wir machen viele Arbeitsgruppen.



Am Freitag-Nachmittag machen wir einen Frei-Raum.

Ein Frei-Raum ist kein Zimmer.

Ein Frei-Raum ist eine Arbeits-Gruppe.

Da können Sie aussuchen:

Darüber will ich sprechen.

Das nennen wir Frei-Raum.

Am Ende vom Kongress machen wir eine:

Leipziger Erklärung.

Darin sagen wir:

Das ist für uns bei der Selbst-Vertretung wichtig.

Wir sagen:

Mit uns ist zu rechnen!

Aber wir wollen nicht nur reden.

Wir wollen auch

- Musik
- Kunst
- oder Theater machen.

Und wir wollen feiern:

Am Freitag-Abend gibt es die große Kongress-Fete.



Die 3 Tage in Leipzig werden gut.

Das glauben wir bestimmt!

Ihr Sascha Ubrig und

Ihre Tina Winter



Die Arbeits-Gruppen

Im Internet finden Sie Infos:

- Zu den Arbeits-Gruppen
- Zur Anmeldung

Sie finden alles auf der Seite:

www.lebenshilfe.de/selbstvertretung

Melden Sie sich bald an.

Anmelde-Schluss ist der **30. Juni 2019**.

Es gibt zwei Arten von Arbeits-Gruppen:

■ **feste** Arbeits-Gruppen

● **wechselnde** Arbeits-Gruppen



Feste Arbeits-Gruppe heisst:

- Sie sind immer mit den gleichen Menschen zusammen.
- Sie bearbeiten eine Sache in Ruhe.

Das sind die Arbeits-Gruppen 1 bis 6.

Arbeits-Gruppe 1, 2, 3 gibt es 5 Mal.

Arbeits-Gruppe 4 und 5 gibt es 3 Mal.

Arbeits-Gruppe 6 gibt es 2 Mal.



Wechselnde Arbeits-Gruppen

Die Arbeits-Gruppen 7 bis 32 sind

- am Donnerstag-Nachmittag.
- am Freitag-Vormittag.
- am Samstag-Vormittag.

Das heißt:

Sie können an 3 verschiedenen Arbeits-Gruppen teilnehmen.



Sie melden sich an:

- für eine feste Arbeits-Gruppe.
- **oder** für 3 wechselnde Arbeits-Gruppen.

Frei-Raum

Am Freitag-Nachmittag gibt es den Frei-Raum.

Im Frei-Raum arbeiten alle in kleinen Gruppen.

Die Gruppen sprechen über ein Thema.

Das Thema suchen die Gruppen selbst.

Kongress-Programm

Uhrzeit	Donnerstag, 29. August	Freitag, 30. August	Samstag, 31. August	Uhrzeit
09:00				09:00
09:30		Treffen für Alle 9:00 – 10:00 Uhr	Arbeits-Gruppen 9:00 – 10:30 Uhr	09:30
10:00				10:00
10:30		Pause		10:30
11:00		Arbeits-Gruppen 10:30 – 12:30 Uhr	Pause	11:00
11:30	Anreise		Treffen für Alle: Abschied 11:00 – 13:00 Uhr	11:30
12:00	Mittag-Essen in der Mensa 11:30 – 12:30 Uhr			12:00
12:30				12:30
13:00		Mittag-Essen in der Mensa 12:30 – 13:30 Uhr		13:00
13:30	Treffen für Alle: Begrüßung 13:00 bis 15:00 Uhr		Ende	13:30
14:00		Frei-Raum 13:30 – 15:00 Uhr		14:00
14:30				14:30
15:00				15:00
15:30	Pause	Pause		15:30
16:00	Arbeits-Gruppen 15:30 – 17:30 Uhr	Frei-Raum 15:30 – 17:00 Uhr		16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30		Pause		17:30
18:00	Freier Abend			18:00
18:30				18:30
19:00		Abend-Essen im Event-Palast		19:00
19:30		Kongress-Feier		19:30

Feste Arbeits-Gruppen

AG 1 Kongress-Film!

Wir filmen den Kongress mit einer **Video**-Kamera.

Für 10 Personen

Nicole Katz und andere

Die AG 1,
AG 2 und AG 3
gibt es **5 Mal:**
am **Donnerstag**

• um 15:30 Uhr
am **Freitag**

• um 10:30 Uhr

• um 13:30 Uhr

• um 15:30 Uhr

am **Samstag**

• um 9 Uhr

AG 2 Selbst-Vertretung und Lieder

Wir machen zusammen ein **Kongress-Lied**.

Für 20 Personen

Arystan Petzold (Banda International), Sophie Börner



AG 3 Super-Mann und Super-Frau

Wie werde ich stark?

Wir entdecken unsere Stärken

mit dem **Theater** der Jungen Welt in Leipzig.

Für 15 Personen

Katherina Winkler, Josephine Freund



■ AG 4 Persönliche Zukunfts-Planung

Wie finde ich heraus **was ich will?**

Wie kann ich das auch erreichen?

Für 15 Personen

Naomi Cloarec, Melanie Ruhnke

Die AG 4 und 5
gibt es **3 Mal:**
am **Donnerstag**
• um 15:30 Uhr
am **Freitag**
• um 10:30 Uhr
am **Samstag**
• um 9:00 Uhr

■ AG 5 Das Internet kann uns helfen

Wir arbeiten über das **Internet** zusammen.

Für 15 Personen

Monika Knieper, Tim Neumann



■ AG 6 Wir trommeln

Trommel-Kreis

In einem Trommel-Kreis können alle mitmachen.

Wir machen gemeinsam Musik.

Wir lernen, wie man einen Trommel-Kreis anleitet.

Für 25 Personen

Helga Reihl , Christopher Spencer

Die Instrumente sind von:

Vielen Dank!



Die AG 6
gibt es **2 Mal:**
am **Freitag**
• um 10:30 Uhr
am **Samstag**
• um 9:00 Uhr

● Wechselnde Arbeits-Gruppen

Ehrenamt allgemein

● AG 7 Ich bestimme mit!

Zum Beispiel

- in der Lebenshilfe
- in anderen Vereinen
- in der Politik

Nadine Warncke, Tina Denninger

● AG 8 Politik? Wir sind dabei!

Wir wollen verstehen und mitmachen.
Gespräch mit der Diakonie Dresden e.V.
David Mühl, Ute Gilles



● AG 9 Die Arbeit im Behinderten-Beirat in Potsdam

Mitglieder vom Behinderten-Beirat Potsdam

● AG 10 München wird inklusiv!

Und wir machen mit!
Julia Herrmann, Christoph Bernet

● AG 11 Selbst-Vertretung im Sport

Special Olympics Deutschland
Specials Olympics ist ein sehr großer Verein.
Special Olympics spricht man so aus:
Speschel Olüm-picks.
Roman Eichler, Marie Reichert



● **AG 12 Peer-Unterstützung**

Menschen mit Beeinträchtigung beraten

Menschen mit Beeinträchtigung:

Wie geht das?

Maik Thiele, Gerhard Heß

● **AG 13 Selbst-Vertretung
in vielen Ländern der Welt**

Wie geht das?

Arbeits-Gruppe auf Englisch.

Mit Übersetzung

Sara Pickart, Ailis Hardy



Selbst-Bestimmung

● **AG 14 Hier bin ich**

Übungen mit dem Holz-Schwert

Patrick Urban, Anne Reifenstein

● **AG 15 Meine Teilhabe!**

Wie sieht ein guter Teilhabe-Plan aus?

Alexander Eisenack, Katja Heinrich

Ehrenamtlich in der Lebenshilfe

● AG 16 **Mitarbeit im Vorstand und in der Leitung** in der Lebenshilfe West-Pfalz

Karl-Theodor Grieser, Esther Lawall



Diese AG gibt es
nur am Freitag
und am Samstag

● AG 17 **Was ist ein Selbst-Vertreter?**

Peter Benzenhöfer ist schon sehr lange Selbst-Vertreter.
Was können wir von ihm lernen?

Peter Benzenhöfer, Mia-Lena Kilian

● AG 18 **Ich war der Erste**

- im Vorstand beim Landes-Verband der Lebenshilfe
- im Bundes-Vorstand der Lebenshilfe

Achim Wegmer, Christiane Koczy

● AG 19 **Jetzt reden wir!**

Selbst-Vertretung und Selbst-Hilfe
Lebenshilfe Schleswig-Holstein

Tanja Speck, Ulrike Tofaute



Wohnen

● **AG 20 Wie will ich wohnen?**

Die Dresdner WOHN-Meisterei berät.

Ben Lösche, Christian Stöbe

● **AG 21 Zusammen sind wir stärker!**

Wohn-Beiräte von Schleswig-Holstein stellen ihre Arbeit vor.

Marcus Haß, André Delor



Arbeit

● **AG 22 11 Jahre Selbst-Vertretung**

Der Verein Werkstatträte Deutschland erzählt:

So arbeiten wir.

Martin Kisseberth, Katrin Rosenbaum



● **AG 23 Arbeits-Ort Uni**

Aus der Werkstatt auf einen Arbeits-Platz an der Uni

Anne Goldbach

Gute Arbeit als Selbst-Vertreter

● AG 24 Politik: Was ist das eigentlich?

Wie kann ich mitmachen?

Norbert Linke, Ulrike Eickhoff



● AG 25 Selbst-Vertreter aus anderen Ländern

Begüham Akgün, Silva Demirci



● AG 26 Klar reden!

So kommt meine Botschaft an.

Claudia Franke, Sanela Leto

● AG 27 Wir arbeiten zusammen und sind stark!

Der Verein Mensch zuerst stellt sich vor.

Stephan Göthling



● AG 28 Das Recht auf Leichte Sprache!

Sie wollen sich selbst vertreten?

Dann müssen Sie viele Sachen verstehen.

Dabei hilft Leichte Sprache.

Rene Strauß, Doreen Hennig



● AG 29 Ich brauche viel Hilfe.

Kann ich mich trotzdem selbst vertreten?

Igor Resler, Ute Oberkampf

Diese AG
gibt es nur
am Donnerstag
und am Freitag

Frauen

● **AG 30 MUT tut GUT.**

Frauen werden stark.

Selbst-Stärkung für Frauen
und Frauen-Beauftragte in den Werkstätten

Elke Baier, Kathrin Bein



● **AG 31 Frauen-Beauftragte:**

Soviel Hilfe brauchen wir.

So selbstständig sind wir.

Monika Jaekel, Margarita Martinez

Aus Forschung und Wissenschaft

● **AG 32 Zusammen forschen – wie geht das?**

Wir wollen nicht be-forscht werden.

Michael Quasdorf, Julia Heusner

Wichtige Infos

Leider kann man sich zum Kongress nicht mehr anmelden.

Er ist ausgebucht.

Infos zum Kongress finden Sie im Internet:
www.lebenshilfe.de/selbstvertretung



Was kostet der Kongress?

1. **Selbst-Vertreter** zahlen **50 Euro**.
 2. **Unterstützer** und **Angehörige, die unterstützen:**
 - Sie begleiten mindestens 4 Selbstvertreter?
Dann müssen Sie nichts bezahlen.
 - Sie begleiten weniger als 4 Selbstvertreter?
Dann bezahlen Sie 50 Euro.
 3. **Menschen ohne Beeinträchtigungen, die niemand unterstützen,** zahlen 320 Euro.
- **Essen und 2 Übernachtungen sind damit bezahlt. Nur das Essen am Donnerstag-Abend müssen Sie selbst bezahlen.**

Anmeldung zu den Arbeits-Gruppen

bis **30. Juni 2019**

Alle Informationen finden Sie auf:

www.lebenshilfe.de/selbstvertretung

Melden Sie sich erst für den Kongress an.

Melden Sie sich danach für die Arbeits-Gruppen an.



Fragen

Fragen zur **Anmeldung** bei:

Ingrid Boßhammer

Ingrid.Bosshammer@lebenshilfe.de

Telefon: 06421 491 177



Alle anderen Fragen an:

Ines Hurrelbrink

Ines.Hurrelbrink@lebenshilfe.de

Telefon: 030 206 411 125

Hotels

Wir haben Hotels für Sie ausgesucht.

Bitte buchen Sie selbst.

Infos zur Hotel-Buchung finden Sie auf:

www.lebenshilfe.de/selbstvertretung



Das können Sie in Ihrer Freizeit machen

Am Anfang vom Kongress gibt es dazu Infos.

Selbstvertretung

Na klar.

Wir machen Werbung für die **Selbst-Vertretung**.

Weil Selbst-Vertretung **wichtig** und **toll** ist.

Möchten Sie **mitmachen** bei der Werbung?

Das freut uns!

Sie können allen zeigen:

Ich bin schon Selbst-Vertreter!

Machen Sie ein **Foto** von sich als Selbst-Vertreter.

Drehen Sie ein **Video** von sich als Selbst-Vertreter.

Schicken Sie uns das Foto oder das Video.

Wir werden die Fotos und Videos **veröffentlichen**.

Machen Sie mit? Na klar!

Auf www.lebenshilfe.de/selbstvertretung

sehen Sie, wie es geht.



Eingang Seminar-Gebäude:

Hier sind die Arbeits-Gruppen.

Mensa:

Hier gibt es Mittag-Essen.

Mensa am Park

Hörsaal-Gebäude

Seminar-Gebäude

Instituts-Gebäude

Info-Punkt

Neues Augusteum

Paulinum

Info-Punkt:

Hier melden Sie sich an.

Paulinum:

Hier treffen sich alle zusammen.

Eingang



Universitätsstraße

Nikolaistraße

Grimmische Straße

Leipziger Hauptbahnhof



Hier findet der Kongress statt:

Universität Leipzig
Augustusplatz 10
04109 Leipzig

Wenn Sie nicht weiter wissen:
Fragen Sie beim **Info-Punkt**.