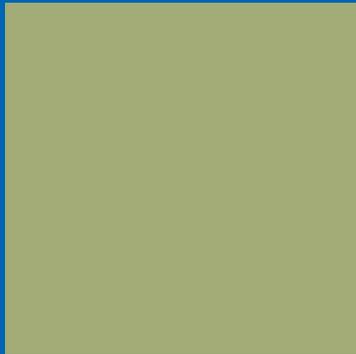


Senioren mit Behinderung heute



| Mittendrin – auch im Alter

Vorwort

Mein Name ist Joachim Busch.

Ich bin zwar erst 57 Jahre alt. Trotzdem habe ich mich schon mit dem Thema Alter beschäftigt. Ich arbeite mit im Bundesvorstand und im Rat behinderter Menschen der Lebenshilfe.

Ich mache also viel ehrenamtlich bei der Bundesvereinigung Lebenshilfe. Das will ich vielleicht auch als Rentner tun. Mal sehen.

Ich selbst lebe jetzt in der Gemeinde. Wie andere auch. Genau wie Menschen ohne Behinderung in meinem Umfeld. Dazu gehören meine Freizeit und mein Wohnen.

Im Rat behinderter Menschen und im Bundesvorstand haben wir uns schon öfter unsere Gedanken darüber gemacht, wie wir im Alter leben wollen.

Das hat der Rat zum Beispiel zum Übergang in den Ruhestand gesagt:

Es wäre gut, wenn es einen Ruhestand nach und nach geben würde:

- Nicht ganz oder gar nicht arbeiten
- Sondern Teilzeit
- Nur die Hälfte des Tages arbeiten
- Und es gibt Ruheräume, wenn man mal eine Pause braucht.

So wie mein Leben heute ist, möchte ich auch als Senior in 10, 20 oder 25 Jahren leben. Das soll möglich sein. Egal welche Behinderung ich habe. Egal welche weiteren Behinderungen oder Einschränkungen ich im Alter haben werde. Die Unterstützung sollte sich dann nach dem Bedarf richten. Eben genau so, wie ich es brauche!

In diesem Heft haben wir Beispiele gesammelt, wie man gut im Alter leben kann. Die Texte sind in einfacher Sprache geschrieben. Die Bilder sollen auch zeigen, wie es gehen kann. Wir freuen uns, wenn Sie als Leser vielleicht einfach etwas nachmachen wollen, was hier so gut beschrieben ist. Dann können die Kontaktdaten helfen. Man kann einfach anrufen, oder eine E-Mail schreiben.

Ich hoffe, Sie finden die Beispiele so gut wie ich.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Mit freundlichen Grüßen

Joachim Busch
Ihr Joachim Busch



Erläuterungen

Auf den folgenden Seiten berichten Ihnen neben Menschen mit Behinderungen die unterschiedlichsten Menschen, wie es ist, älter zu werden und dann im Ruhestand zu sein. Die meisten wünschen sich weiter ein Leben so selbstbestimmt wie möglich.

Auch Eltern und Angehörige kommen zu Wort sowie Unterstützer, Mitarbeiter und Betreuer.

Sachinformationen zu den vorgestellten Beispielen erkennen Sie an dem beigefarbenen Untergrund.

In der Kurzfassung ...

... finden Sie eine Zusammenfassung in Stichworten.

Im orangenen Feld stehen Namen und Adressen der Ansprechpartner. Gerne können Sie Kontakt aufnehmen, persönliche Fragen stellen und weitere Informationen einholen.

Hinweis:

Wo die männliche Form verwendet wird, ist immer auch die weibliche gemeint. Zum besseren Lesen wird nur die männliche Form verwendet.

Inhalt

»Mein Leben: Das ist mir wichtig – das soll so bleiben« Biografiearbeit mit dem Lebensbuch – Ein Kurs der Osnabrücker Werkstätten gGmbH	4
Loslassen, in andere Hände geben – wenn andere die Betreuung übernehmen Mobiler Dienst für Menschen mit geistiger Behinderung	6
Gut leben bis zum Ende Palliative Begleitung von Menschen mit geistiger Behinderung	8
Menschen mit Verlusterfahrungen unterstützen und begleiten Trauergruppen der Lebenshilfen Bremen und Osterholz	10
Altern ohne Grenzen Inklusives Tageszentrum für Senioren von der Lebenshilfe Bremen	12
Integrierte regionale Gesamtversorgung Gute Zusammenarbeit für eine schnelle und passende Hilfe	14
»Wir reden hier nicht über Inklusion. Wir leben sie einfach!« Gemeinsam Leben Lernen e.V. in München	16
Menschen mit geistiger Behinderung und Demenz Bildungsangebote für Mitarbeiter und Mitbewohner für mehr Verständnis	18
Persönliche Zukunftsplanung Träume und Wünsche herausarbeiten und verwirklichen	20
»Als Rentnerin möchte ich gesund und modisch bleiben« Ernährungsberatung durch die Lebenshilfe Assistenz und Pflege GmbH	22
»Ich lebe allein in meiner eigenen Wohnung und bin doch nicht allein« Wohnhaus Lebenshilfe Ronneburg mit Tagesstruktur für ältere Menschen	24
»Gemeinsam erleben« Inklusiver Tagestreff für ältere Menschen mit und ohne Behinderung	26
»Mit dieser Unterstützung kann ich meinen Ruhestand sehr genießen« Angebote zur Vorbereitung auf den Ruhestand und individuelle Ruhestandsgestaltung	28
Wie sieht mein Leben im Alter aus? Was ist mir wichtig, wenn ich alt bin? Angebote für alte Menschen mit Behinderung. Gedanken und Ideen für die Vorbereitung	30
Was ist mir wichtig? Eine Angebots-Liste	32